

۴۹۳۰
 طب نبوی
 ۴۹۳۱
 زبد الطحطاوی
 ۴۹۳۲
 طب اخصائی
 ۴۹۳۳
 دستورالعلاج

کتابخانه
 اسلامی



۸۸۶
۴۴۴
۲۹۲
حکایت علی قلی شفا بخش در مذهبها
بعون یم

رساله لاجواب عیدیل فائده بخش خاص و عام بلکه نفع عوام این مجموعه در بیست



من تصنیف مولوی قمرعلی صاحب مثنوی بلده متحریر و تصحیح بجا حکیم سید محمد حبیب الله صاحب

مطبع می ریان طبع در مکتب اهل جها

بسم اللہ الرحمن الرحیم

سپاس بقیاس اوس حکیم مطلق کو سزاوار ہے کہ جس نے ضمن ایجاد ہر موجودین ہزار ماحکمت و صیغہ عطا
اور تائید بے نہایت اوس سہانی برحق کو لائق اور زیبا ہے کہ واسطے شفای ہر مرض بنی آدم کے
افضل موجودات ہے اور اسی خلق کی ہے چونکہ علم ابدان کہ عبارت علم طب سے ہے عقلاً و نقلاً شرف
علوم اور محتاج الیہ و دینی و اور آخر دی کا ہے دلیل عقلی اسکا شرف ہونیکی یہ ہے کہ غایت اس علم کی حفظ
اور ازالہ ہر مرض نوع انسان سے اور موضوع اور سبب و علت ہی اس علم کا بدن انسان سے ہے چونکہ انسان
ہے پس چاہیے کہ یہ علم ہی شرف علوم ہو اور محتاج الیہ و دینی و اور آخر دی ہونیکی وجہ ظاہر ہے کہ کوئی
کام دنیا یا عقبہ کا مثل تلاش معاش و عبادت و ریاضت و اطاعت پر درکار بغیر صحت جسمانی و اجتماع
حواس منہ ظاہری و باطنی ممکن نہیں ہو اور تحصیل اور تکمیل اس علم شریف کے واسطے کہ ایک وریاے
ناپیدا کنار ہے عمر و فائزین کر سکتی ہے چنانچہ حکیم بقراط نے فصول بقراطی میں ارشاد فرمایا ہے کہ
العمر قصیر و الصناعة طویلہ و القیاس عیر العزیزہ خیر لہذا بمقتضا اس امر کے کہ بالایدہ رک کلا لا یتک کلا
اس سچیدان خوشہ چین باب سخن قمر علی خادم لطلبہ نے حسب ایش لہ ہلکون اس سبب سے کہ مہتر فرصت
قلیل میں نہایت مختصر و مضبوط زبان انوی مروج میں کتاب تالیف کی کہ فائدہ سکار خاص و عام کو عام و یقین
کامل ہی کہ جو شخص مطابق اس کتاب کے عمل میں لگے گا حافظہ اپنی صحت کا رہیگا اور اگر نسیجے مہر بندج کسی میں اور
نام اس کتاب کا رتبہ احکمت کہ ہے امید ناظرین سے یہ ہے کہ جب مطالعہ اس کتاب سے بہرہ و ثبات
کو کمترین کو و عای خیر سی یاد فرمائیں اور جان کہیں غلطی یا پوین نظر اصلاح او کی اصلاح و بران

۱
وہ ملا محمد بن
تھی اگر آباد تھی
و کو جو خواہ
پاتی تو لازم
در خیم بر جراح
جو بہت ہونی
س کت کو
باب مذکور
وہ موصوفات
استدانی
کی وافی
تو مانی
فی مرض
سوفی بانی

فصل تندرستی

بیان ہوائی گرم تندرست صحیح مزاج آدمی کو لازم ہے کہ بہت گرم ہوائی مثل گرمی جلیہ میساکہ کہ وہ ہو
 حمام گرم و تیز و ہوائی بہار و چولے والا و ویزا و اوہٹی و مگرٹ و قبرستان و قصباتی خانہ و چہرہ باندہ وغیرہ
 سے بچتا ہے بیان ہوائی سرد و علیٰ ہذا القیاس بہت سرد ہوائی مثل سردی ماہ پوس و ملک سرد
 مثل کشمیر و غیرہ سے الگ رہے ہند اور گندی ہوائی مثل گھورے و پاخانہ و بند خانہ و کمات و
 ماند و موری چٹچہ و ککاس کہتی سے بھی دور رہے بیان ہوائی خوش ہوائی معتدل ماہ
 چیت و موسم بہار سے بدن کو تروتازہ کریں بیان موسم سرد ماسر ماسر ماسر ماسر مکان کو غبار
 لوبان و غیرہ کی دھونی سے گرم رکھیں اور گیتے میں کونڈہ کی آگ پاس رکھیں اور دن رات کی پوشاک
 میں عطر و غیرہ مجموعہ وغیرہ لگاویں بیان غذا و پوشاک موسم سرد ماسر ماسر ماسر ماسر ماسر ماسر
 چڑھے کھاویں نان گندم پاکیزہ و ترکاری گرم مثل پودینہ و ادک و میٹھی وغیرہ تناول کریں و شہری
 لوزیات و حلوائے ترخوب کھاویں اور عطر و اچھنی و لونگ و مشک پان میں سردی کے وقت کھائیں
 مغربا و ام و گرمی تازہ و پستہ و جالیفل و جاوتری صبح شام نوش جان کریں رات کو روغن چنبلی و بیلہ بنیں
 ملیں اگر ایسی اوقات میں کوئی محبوب ملے تو اس کے وصل سے نہایت لطف اوٹھائیں بیان غذا و
 موسم گرم یا موسم گرم یا میں جبوقت ہوا سے سرد ہوئے علی الصبح کھانا کھاویں نان پاکیزہ چھری
 گندم جو شیرہ انگور خام میں کہ ترش ہوتا ہے یا شیرہ انار ترش یا شیرہ املی یا شیرہ لیمون یا شیرہ زرد
 میں سکی ہو کھاویں اور خشک برنج سبزیں ان جیا استعمال ہمراہ مرہ بھی یا مرہ سیب و عن الناس یا نب
 یا پنا املی کا و شربت انار ترش تناول کریں اور ترکاری سرد مثل کدو و ککڑی و ساگ پالک و خس و
 کاهو کھاویں بیان موسم برسات برسات میں بھی ہوئی چیزیں مثل پکوان و نقل پستہ و گوبھی
 مصالح و ارکھاویں اور خانہ ساز کھانے سے بناویں و عطریات سرد مثل گلاب و صندل و حسن و غیرہ
 پوشاک میں لگاویں اور وقت گرمی مزاج و ہوا گلاب کو سنو گھیں اور گلاب و کیوڑا مصری ملا کر پیوں اور
 آب صاف اور حوض لیریز تروتازہ و گلاب و گل و ریحان پیش نظر رکھیں اور گلاب اور شربت انار و شربت
 نابخ زہرہ و طباشیر ملا کر پینا دل و دماغ کو قوت دیتا ہے اور کھانا ہضم ہوتا ہے اور گرمی کے موسم میں
 پان کے ساتھ تنبا کو نہ کھاویں اگر عادت ہو تو کم کریں اور پان میں چونہ و توتیو کا گلاب کیوڑا میں حل کر کے

اور اصل تندرستی کی یہ بات ہے کہ جب خوب بہو کر گئے تب کماوین اور میسر حصہ بہو کہ باقی رہے تب کما
 سے باتہ اوٹھلین اور پانی جب پیوین تب خوب پیاس لگے لیکن بہت تھوڑا پانی پینا چاہیے اور
 یہ بات خوب یاد رہے کہ اکثر آدمی کمانے پہننے میں غلطی کرتا ہے یعنی تھوڑی سی بہو کہ پیاس میں کما
 پینے لگتا ہے اسوجہ سے بیماری اور خرابی میں مبتلا ہوتا ہے پس لازم ہے کہ موافق قاعدہ مدد کو لے
 کے عمل کریں تاکہ کبھی خلل نہ پڑے جب کمانے کا ارادہ کریں تو کمانا ایسے بلند مکان چرین کہ منہ سے
 بہت نزدیک ہو اور جو چیز دل کو اچھی لگے سو کماوین اور کسی چیز کا پرتز نہ کریں کیونکہ تندرستی میں پرتز کرنا
 ایسا بڑا ہے جیسا کہ حالت بیماری میں پرتز کرنا بڑا ہے اور ہمیشہ ایک کمانا نہ کماوین چاندی سونے کے
 برتن میں کمانا پکایا جاوے تو اس سے دل و دماغ کو قوت حاصل ہوتی ہے اور ظروف کہنی میں کمانا
 پکانے سے بہو کہ زیادہ ہوتی ہے اور کمانا جلد ہضم ہوتا ہے اور شہوت زیادہ ہوتی ہے تا نہ سہیل کے برتن میں
 کمانا اور پکانا کھانا منع کرتے ہیں اور اگر کام لین تو طبعی کرالین ورنہ اندیشہ جذام کا ہوتا ہے اور کسی میوہ
 اور کمانے دو نو لکا ایک ساتھ کمانا منظور ہو تو اول میوہ ترکھاوین پھر درمیان میں امرود و خرپڑہ
 و غیرہ کماوین اور پھر بعد ازاں اور کمانا کماوین خلاصہ یہ ہے کہ غذائے لطیف کو ساتھ غذا کے کیفیت
 کماوین اور اگر کماوین تو اول لطیف کماوین اس واسطے کہ اگر اول غذائے کیفیت کماوین اور بعد اس کے غذا
 لطیف مثل خرپڑہ کے کماوین تو یہ غذا بسبب لطافت کے جلد فعل معدہ کا قبول کر کے قابل ہضم
 ہو جاوے گی اور بسبب ہضم ہونے غذا کے کیفیت کے یہ معدہ میں تادیر قائم رہے گی اور بسبب
 لطافت کے فاسد ہو جاوے گی اکثر لوگ انہ کو جو کمانا کمانے کے بعد کمانے میں خلل حکمت ہے
 بعد ایک پھر کے جب کمانا ہضم ہو جاوے تب کماوین اور کمانا اوس و تھوڑا کماوین اور میوہ انجیر و گلاب
 و انار شیرین سرابین بہت کماوین لیکن میوہ خام کماوین نقصان تشری اور تشری سے ہمیشہ سہیز کرنا لازم
 ہے کہ دماغ کو ضعیف کرتی ہے اور جلد بوڑھا کرتی ہے نقصان مٹھائی اور بہت مٹھائی کمانا
 معدہ کو سست کرتا ہے اور بہو کہ گشتی ہے نقصان نہک بسیار اور بہت نہک کمانے سے
 بدن خشک ہوتا ہے نقصان کمانے نیمیزہ و سیلا کا اور نیمیزہ سیلا کمانا معدہ کو سست کرتا ہے اور
 بلغم اور کھن پیدا کرتا ہے جب آدمی کما چکا ہے تب کمانا پیٹ میں جا کر پھر پکتا ہے اور پھوٹتا ہے اگر تھوڑا
 کمانا کما یا ہے تو سہر جاتا ہے اور جو پیٹ پہلے سے بھرا ہوا ہے تو بھول کر دروید ہوتا ہے

اور ہو کہ لگے پر کھانا کھاتے ہیں دیر کریں کہ بدن تحلیل ہو کر دبلا ہوتا ہے حکیم تو ہیں کہ ایک روز ایک وقت
 اور ایک روز دو وقت کھا دیں لیکن بہتر یہ ہے کہ اگر عادت ایک وقت کھانے کی ہو تو دو وقت کھا دیں اور
 دو وقت کی عادت ہو تو ایک وقت نہ کریں غرض یہ ہے کہ کھانا پینا خلاف عادت نہ کریں کیونکہ ترک عادت
 بہت نقصان پیدا ہوتا ہے اگر کوئی شخص کسی عادت کو ترک کیا چاہے تو ایک دفعہ پھوڑے بلکہ آہستہ
 آہستہ ترک کرے اور انسان کو چاہیے کہ ایک روز کا کھانا کتنی دفعہ کر کے کھاوے کہ بعضی پیدا ہوتی
 ہے اور اسے مداخل کہتے ہیں لازم ہے کہ حسب قدر کھانا ہو ایک دفعہ کھالیں اور جلدی جلدی کھا دیں
 بلکہ پہلے نوالہ کو خوب چبا دیں کہ ایک دانہ منہ میں ثابت نہ رہے تب نگلیں اور جلد ثابت کھانا کر کام
 دانتوں کا آنتوں سے نہیں چالیں چالیں حکیم نے فرمایا ہے کہ جو آدمی دو گھڑی سے کم میں کھانا کھاتا
 وہ اپنے معدے اور شکم کو رنج میں ڈالتا ہے اور اس قدر بھی دیر کھانے میں نہ کرے کہ اول نوالہ ختم
 ہو جاوے تب دوسرا دھماوے اور جب کا ہاضمہ درست نہ ہو بہت چیزیں ایک ساتھ کھاوے
 کہ طبیعت ہضم میں حیران ہوتی ہے جو آدمی بہت چیزیں ایک ساتھ جمع کر کے کھایا چاہیں بعضوں کی
 نزدیک لازم ہے کہ پھلے شیرینی کھاوے اور حق یہ ہے کہ بعد غذا کے شیرینی کھانا چاہئے اس واسطے
 کہ شیرینی محبوب طبیعت ہوتی ہے شیرینی کی وجہ سے سب غذا ہضم ہوتی ہے اور بوجہ اقبال طبیعت کے
 حکیم کہتے ہیں کہ موی اور دہی اور چاچہ و دالیں اور چاچہ و دودھ اور دودھ و ترشی اور دو
 دہ و ساک اور برنج و سرکہ اور انگور و ہریہ اور خرپڑہ و شہد ملا کر کھا دیں اور کھانا کھانے کو
 پیچ میں پانی نہ پیوین اور بعد کھانے کے پانی نہ پیوے مگر چار پانچ گھڑی کے بعد جب خوب پیاس
 لگے تب پیوین اور نہار منہ پانی نہ پیوین مگر کسی آدمی کا مزاج گرم ہو اور چھین کھانے کے پانی پینے
 کی عادت ہو یا خشک غذا کھاتی ہو تو نہار اور چھین پانی پینے کا مضائقہ نہیں اور بعد غسل کے محبت
 بسیار کے اور حرکت سخت کے اور بعد جماع کے پانی بڑا ہے مگر جب مزاج بہت گرم ہے اور وہ لاچار
 تو شربت تھوڑا سا پیوین یا عرق گاوزبان یا مکو کیوڑا ملا کر پیوین اور بعض آدمی جو انہ کے بعد پانی پیتے ہیں
 خلاف حکمت ہے مگر گرم مزاج والے کے معدے کی سنورش کم ہوتی ہے بھر حال
 حقد رہو سکے پانی بہت تھوڑا پیوین تو فائدہ بہت پادیں ایک قاصد سو کو کس ایک دین چلتا تھا
 نہ کہی واہ میں پانی پیتا تھا مگر کہی کہی دودھ پی لیتا تھا اور پانی کو ایک دم میں نہ پیوین تین دم میں پین

پیون دریا کا پانی آب چاہ سے بہتر ہے اور آب گنگ سب پانی سے خوشتر ہے جو پانی پہاڑ کا دوسرے
 آوے اور زمین خالص پر جاری ہو اور ذائقہ میں شیرین ہو وہ خوب ہوتا ہے اور مینہ کا پانی بھی
 بہت ہلکا ہے اور آب چاہ بہت بُرا ہے دریا اور چاہ کا پانی ملا کر پینا نہ چاہیے آب سرد معدے کو تھو
 دیتا ہے اور آب گرم معدے کو سُخت کرتا ہے مگر آب گرم سے قبض دور ہوتا ہے دوا کی خوشکڑنا چاہیے
 کہ دوا بدن کو گلاتی ہے اور مزاج میں تھوڑے خلل پیدا ہونے سے ارادہ دوا کا نکرین طبیعت پر پڑیں
 کیونکہ طبیعت مری بدن سے بہت اومیون کو دیکھتا ہے کہ دوا کا کما کر اچھو مزاج کو خراب کر دیتے ہیں
 اور سب کو دریافت نہیں کرتے پس لازم ہے کہ اگر کچھ گرانی معدے میں پادین تو فاقہ کریں اور تھوڑا پانی
 گلاب ملا کر پیوین اور سوہین اول داسنی کروٹ لیٹیں تھوڑی دیر کے بعد بائیں کروٹ لیٹیں اور کھانے
 کے بعد سونے سے پہلے چل قدمی کریں کہ غذا فم معدے سے قعر معدے میں اتر جاوے اور پھر
 آرام سے سوہین کہ سونے سے کھانا جلد ہضم ہوتا ہے اور ایک جگہ بیٹھے ہنسی کی عادت نکرے کہ ہاضمہ
 ضعیف ہوتا ہے لازم ہے کہ حرکت سواری سہل یا فیل یا سپاہیہ روی یا ورزش یا اور کسی قسم کی یا صحت
 صبح و شام کرتے رہیں کہ غذا خوب ہضم ہوتی ہے اور مدد تندرستی یہی ہے اور اگر کسی کو قبض ہو جاوے
 تو یہ دوا عمل میں لاوین منوگر ایک حصہ انجیر زرد ولایتی دو حصہ کوٹ کر گولی بناوین اور مقدار آخر ٹکڑے
 گرم پانی سے کھاوین اور اگر دوا کی حاجت پڑے تو وہ دوا کہ جسم میں غذائیت ہو کما میں اور صلیب ایک دوا
 سے کام ہو دو تین دوا ملاوین اور دن کو نہ سووین ہاں اگر رات کو جاگے ہوں تو بقدر ضرورت ایسے
 مکان میں خوب کریں جہاں سوج کا اوجا لائو اور اگر خدا بخواسے کسی سبب سے فکر اور تردد و دل پر آوے
 تو صحبت دوستان ہمد میں مشغول ہو اور غم کو دل کی پاس نہ لاوین کہ یہ پرمی بلا ہے انسان کو بدن کو گلاتا
 پس لازم ہے کہ دل کی حیثیت اور اداسی کے دور کرنے کے لیے ہمیشہ یاران محبوب و دلبران مرغوب
 کی صحبت میں دل کو خوش رکھے کیونکہ باب ظاہر معاملہ خوشدلی میں کوئی چیز صحبت زہرہ
 جبینان شک منہ سے خوشتر نظر نہیں آتی فکر بدن کو دُلا کرتی ہے دماغ کو ضرر پہنچاتی ہے جس کسی
 ماتہ پانون میں دور ہوتا ہو ترشی او سکھ مضر ہے اگر ترشی کو دل چاہے تو عرق گندیک کھاوین کہ بہک کو
 زیادہ کرتا ہے اور دوا کے وغیرہ کو بھی کہوتا ہے اور بہت سے فائدے رکھتا ہے چار روز کے
 بعد حمام میں غسل کرنا چاہیے کہ بدن کو خوب جلا دیتا ہے اور ہلکا کرتا ہے اور دل کو خوشی اور قوت دیتا ہے

اور بہوک بڑا ہوتا ہے اور بہت بہوکہ میں غسل کرنا منع ہے اور بہت پیٹ بہرے بھی منع ہے جب
 کھانا ہضم ہو چکا ہو تب غسل کرنا واجب ہے اور بہت آدمیوں کے ساتھ حمام میں جانا بھی کہ بہا
 سے مزاج ہوا کا بکڑ جاتا ہے بیان غسل از آب سرد و آب سرد سے غسل کرنا گرم مزاج جوان آدمی
 کو بہت خوشی دیتا ہے بدن کو مضبوط کرتا ہے قوت دیتا ہے بہوکہ بڑا ہوتا ہے لیکن آب سرد سردی و سردی
 اور لڑکے اور بہت فریہ اور بہت لاغر کو غسل کرنا نہ چاہیے اور بکلی بدن میں نرم ہوا و سکو بھی آب سرد
 سے نہاتے چاہیے اور پ ماوی میں بھی غسل منع ہے ذکر جماع اور جماع کرنا بھی حفظ صحت کرنا
 لیکن قوت مناسب جماع کا وہ ہے کہ شہوت غالب ہو اور شکم نہ بہت بہرہ نہ بہت خالی ہو اور جماع سنا
 محبوب مرغوب کے لذت تمام و خوشی والا کلام دیتا ہے فکر اور دسواس کو دور کرتا ہے اور امراض ہواوی
 کو مٹاتا ہے بلغمی بیماری کو کوتاہی اور یہ بھی یاد رہے کہ کثرت جماع کو منع لکھا ہے بلکہ خاص لاغر آدمی کو
 اور بدھوت و کرمیہ منظر عورت سے جماع کرنا چاہیے بیان اوسکا کہ جس سے جماع منع ہے
 اور عورت چیل سالہ سے جماع کرنا نہایت منع ہے بلکہ سقم قائلینا ہے اور جو عورت کہ مدت سے مرد
 کے پاس نہ گئی ہو اوس سے بھی جماع کرنا منع ہے اور بعد جماع کے فوراً دودھ پینا قوت کم ہونے
 نہیں دیتا خصوصاً جسمین کہ شیرہ بادام اور خشک خاں اور سنوٹہ پڑی ہو مری ملا کر پیا جاوے اور بامید اولاد
 و از روے نجوم کے بہتر وقت جماع کا وہ ہے کہ انصال زہرہ کا ماہ سے ہو پس اوس وقت میں
 پنج برج بادی کے اتفاق پڑے تو لذت بہت پائیں اور زیادہ فائدہ ہو اور برج میزان اور برج آشی
 مثل برج بادی کے ہیں اور جبکہ چاند برج خاکی میں ہو یا احرار یا قریب جدی آفتاب یا نزدیک حمل
 برج کے ہواں و قیون میں جماع کرنا منع ہے اور تحقیق یہ ہے کہ ہر شخص کے واسطے بہتر وقت جماع میں
 وقت سعادت طالع اوس شخص کا ہے ذکر زمین لائق مکان بود باش اور بہتر شھر کہ جسمین گھر
 بناوین وہ ہے کہ نہ بہت اونچا ہو نہ بہت نیچا ہو زمین بہت سے بلند مکان بہتر ہے اور مٹی اوس
 زمین کی خالص ہو ریت تھرا و شل نہوکان گندک اور ہترال کی پاس نہو اور پہاڑ کے نیچے نہو اگر دریا
 کنارے ہو تو وہ دریا اتر کو ہو اور صحن گھر کا بہت جوڑا ہو یا جانب مشرق اور گھر کا دروازہ مشرق رو ہے
 ہو اور مکان صبیح و فترخ ہو اور مکان چپت بہتر اندیون مکان سے ہے مگر حسب قوت ہوا میں فساد پیدا
 ہو یا کوئی سبب آسمانی یا زمین سے ایسا پیدا ہو کہ ہو او با ہو جاوے لغو بالقد اوس وقت بند ہو یا زمین

اور ہوا کے کسادہ ہونے سے بچنا مناسب ہے باب دوم انسان کی زندگی بغیر چہ چیز کے نہیں سہنی
 ہے اول ہوا و دم کما ناپینا سوم حرکت و سکون بدنی یعنی اوٹنا بیٹنا بدن کا چوتھی حرکت و سکون
 نفسانی یعنی مثل فرح و سرور و غم و غصہ کے پانچویں سونا جانا چھٹے استغفار و احساس یعنی بھلنا
 فضلہ کا مثل بول و براز و غیرہ چہ لوں سکایاں ہوا احتیاج انسانی بطرف ہوا کے جو بدن سے
 مل ہی ہے اور گیرے ہوئے ہے زیادہ احتیاج پانی کی ہے اور عین عنایت الہی ہے کہ ہر
 چیز کی انسان کو بہت خواہش ہے وہ بکثرت ہے ہوا کو بدن اور زندگی دم بھر محال ہو سقد
 افراط سے ہے کہ بے تلاش و تردد و ہر دم موجود ہے اور پانی کہ نسبت ہوا کے اس کی احتیاج
 کم ہے اس کے موجود ہونے میں تھوڑی سی تلاش ہوتی ہے اور غذا کہ نسبت آب و ہوا کے
 احتیاج اس کا کمتر ہے اس کے واسطے تلاش و تردد و شہیر ہے اور نہایت در دوسری بلکہ یہی تلاش نسبت ملاقات
 اور واسطہ رونق اس دیر خرابات کا ہے اور اسی قیاس پر دیگر سباب و لباس ضروری و متاع و تماش
 غیر ضرورت کہ تلاش اس کی فضول ہے پس احتیاج ہوا کی واسطے دو کام کے ہے اول سر کرنا
 روح کا اور شندار کنا جان کا ہے حکیموں کے نزدیک روح ایک بخار ہے لطیف بہت گرم اور وہ
 خون دل ہی پیدا ہوتا ہے اور گون کی راستہ تمام بدن میں ملتا ہے اور اگر ہوا سے سردناک
 بینی اور سامات اور روزن باریک جڑ بالون اور رگون تمام بدن کی سے روح کو نہ پہونچے تو روح
 گرمی دل ہی علیا و سے دوسرے نکالنے دہوین اور بہا پ کا جو کہ اندرون بدن کے پیدا ہوتے
 ہیں راہ دم اور سانس سے پس جو دم کہ تنے کو جاتا ہے روح کو اور مدد دیتا ہے زندگی کو اور
 جو دم کہ بہر تپا ہے بدن کے اندر سے بخار اور دہوین کو نکالتا ہے اور بدن اور دل کو خوش کرتا
 اور یہی سبب ہے کہ جو ہوا سرد اور کشادہ اور صاف بے آمیزش چیزوں تا غرض اور مخالف
 مزاج مزاج کے نہوا اور آمیزش ہوا سے قبرستان و فیلکامہ و کمانی و خندق اور کان گنہ کی سخت
 و جھڑی و مسندہ مزاج مثل درخت انجیر و جوز دارند و غیرہ نباتات روہ و بد سے مانند پیاز و لہسن
 و گندنا و غیرہ سے دور ہوا اور شیب زمین و غار و تری زمین و بہر و دیوار بلند و چیت و مکان میں بند
 اور ہوا سے دود شعل و تیل و غیرہ کے جو گلا پکڑے نہوا اور حوض و تالاب غلیظ کی ہوا نہوا
 بدلو ہی نہوا ہو حفظ صحت کرتی ہے اور صحت زائلہ کا استرداد کرتی ہے اور جو ہوا اخلاف ایسی ہے

مزاج میں خلل اور مرض پیدا کرتی ہے بلکہ ہوا سے بآدمی کو مار ڈالتی ہے چنانچہ اکثر دیکھتے ہیں آیا ہے کہ بعض
کھینوں تنگ ہانہ میں جبین غلہ بند کرنے میں جب کوئی آدمی دھسا فوراً مر گیا اور یہی سبب ہے کہ جو
برے شہر میں برسی بڑی عمارت اور دیوار کھان میں ہوا بند ہو جاتی ہے اور انبار نجاست ولید و غیرہ
کے ڈھیر ہو جانے سے و علیٰ ہذا القیاس کئی بت سے ہوا فاسد اور خراب ہو جاتی ہے اور اوسکی تاثیر
انسان کے بدن میں بہت جلد اثر کرتی ہے اس لئے مرد و نادان و غافل کو ہوا سے مفاسد و مخالف سے
پرہیز کرنا چاہیے حفظ صحت کے نہایت ضروری اور معلوم ہے کہ سبب تغیر ہوا کے کئی ہیں اول یہ کہ
تغیر طبیعت ہوا میں ہوا اور یہ تغیرات فصل کے میں تمام سال میں چار مرتبہ ہوا میں تغیر ہوتا ہے اول بیج
ہ دم کر اسوم خریف چارم سرما فصل بیج اور اوسکی ہوا بہتر ہے کہ معتدل ہوا اور باران بھی معتدل
برے نہ کم نہ زیادہ نہ بہت گرم نہ بہت سرد اگر یہ فصل اور طبیعت معتدل اپنی کے ہوتو بہت
بہت بہتر فصل ہے اور ہوا اوسکی مناسب مزاج روح کے ہے اور اگر کون کے مزاج سے بہت موافق
ہے خون خالص بدن میں زیادہ پیدا ہوتا ہے اس ہوا کو بدن سے لگانا بہت فائدہ دیتا ہے اور خون
اور اخلاط بدن میں جو نسبت سردی جاٹے کے منجمد ہو جاتے ہیں اس فصل میں رفیق اور تھے ہوتے ہیں
اور اکثر امراض خلطی پیدا ہوتے ہیں اس فصل میں بہترین علاج ہے و فصدی کو کوئی شے مانع نہ ہو
اور چاہیے کہ اس فصل میں حرکات منفطہ بدنی و نفسانی اور غذا سے بہت گرم سے پرہیز کریں اور
مختور کھاویں اور بہترین فصل جاٹے کی وہ ہے کہ مینہ خوب برے ہوا دکھن کی کتر ہو فصل اگر
اپنی طبیعت کے اوپر ہو سرد و تری جلد بدن میں سخت ہوتی ہے اور مواد کم تحلیل ہوتا ہے اس اگر تری
ہو میں غالب ہوتو بھوکہ پیدا ہوتی ہے اور قوت زیادہ ہوتی ہے اور اگر تری ہوا کی سردی پر غالب
ہوتو بیماری اہمال و نزہ و امراض رطوبتی پیدا ہوتی ہیں اس فصل میں کھانا بہت خوب کھاویں
اور حرکت و ریاضت بسیار اختیار کریں اور شدت جاٹے میں فصد و قی جائز نہیں اگر تفتہ بدن کا
ضرور ہو تو سہل بہتر ہے فصل گرمی کی وہ بہتر ہے کہ ہوا سے صاف ہو اور بار باران و گرد و غبار
و بخار نہ ہو اگر گرمی بہت سخت نہ ہو مزاج اس فصل کا گرم و خشک ہے اور روح اور اخلاط کو تحلیل کرتی ہے
اور گرمی اگر معتدل ہو تو خون سنج بدن میں اور شہما زیادہ ہوتی ہے اور اگر گرمی زیادہ ہو تو رنگ بدن
کا زرد ہوتا ہے اور بہت اور امراض صفراوی پیدا ہوتے ہیں فصل میں کھانا کم چاہیے ۔

کہ جسم ضعیف ہوتا ہی اور آب سرد بہت پیوین اور محنت و ریاضت کم کریں حرکت سخت اور کثرت
 جماع سے پرہیز کریں میوہ سرد و تر کھاویں اور کاپی ماسے قی کرتی رہیں فصل خریف یعنی خزان
 یہ فصل بُری ہی اسکی ہوا سے پرہیز چاہی بہتر خریف وہ ہے کہ باران بہت نازل ہو اور شام و
 صبح میں سُری بہت ہو اور وقت دوپہر کی گرمی بہت نہ ہو طبیعت اصلی اس فصل کی سرد و خشک
 ہے بدن میں مواد بہت پیدا ہوتا ہے اور بدن بلاموتاہی بیماری سوداوی بہت پیدا ہوتی ہے
 اور تپ خلطی پیدا ہوا اس فصل میں غذا بالکل مایل بگرم و تر کھانا چاہئے اور جماع سے پرہیز کرنا چاہئے
 آب نہ پینا چاہئے بہت سرد مکان میں سونا نہ چاہئے دوپہر کی دھوپ سے اور شام و صبح کی سردی
 سے پرہیز کرنا چاہئے سرد کو ڈھکا کر کہیں جو میوہ جات اس فصل میں پیدا ہوتی ہیں انکو
 بہت کھاویں اور ابتداء اس فصل میں تنقیہ فصد اور اس سال سے کریں اس فصل میں بے بلا ضرورت
 کریں دوسرے تغیر نسبت اور کسی چیز دوسری کے ہو اور یہ تغیر کسی وجہ سے ہے اول یہ کہ امور
 آسمانی جو تابع فصول اربع میں جیسی نزدیک ہونا میسر آئے اور زہرہ اور مشتری کا ساتھ ستارہ سیارہ
 و قطب لاسد و متصاد علی النور اور کلب بجا ثوابت سے یا آفتاب پنج ایک درجہ کے ایک برج سے
 اور بہت گرنا ستاروں کا اوپر زمین کے اور یا امور زمینی مثل اختلاف ہوا و مسکن بسبب قرب
 بہار یا دریا یا اطلاع یا آجام یا بسبب پستی و بلندی زمین یا اختلاف مسکن کہ زمین کل خالص ہو
 یا شہرین ہو یا ریت ہو یا زردی کھال کے بسبب بے بعد خط استوا کے ہو کہ خط استوا عبارت خط ہوم
 سے ہے اور وہ یہ ہے کہ زمین کو دو حصہ کریں جنوبی اور شمالی حصہ جنوبی دریا و محیط میں فرق ہو اور حصہ شمالی میں
 سے آدھا غرق دریا ہی پس جو شمالی زمین حصہ شمالی کا ادھائی تمام آبادی اور پہاڑ اور جنگل وغیرہ
 پنج اسی آقبے کے واقع ہیں اس لیے اسکو پنج مسکن کہتے ہیں پس یہ جو شمالی زمین خط استوا سے
 کہ ابتداء اسکی مشرق و کھن سے زمین چین و بھو جزیرہ جکوٹ اور ستر الشیاطین اور ارض الہند
 اور دکن کو جزیرہ ہندیب اور کو جزائر فرنگ و جنگل سیابان اور اوتر کو کوہ قمر کہ سرشمیہ و دی
 بصر کا ہے اور پھر جزائر سیابان تا مغرب کیلہی دریاے مغربی کہ اوقیانوس سے دیان تک
 کیلہی اور غلام ہونا ہے اور اہل نجوم کہتے ہیں کہ زمین مقابل قطب شمالی سے ۹۰ حصہ مغربی اور
 ہر حصہ کا درجہ ۱۰ اور آبادی خط استوا سے درجہ ستیم تک ہے اور ۳۰ درجہ باقی در محیط شمالی

بسبب افراط برت و سردی ہواے و دوری آفتاب قابل آبادی بلکہ رویدگی کے نہیں پس خط استوا
 درجہ بنیم تک کہ آبادی ہی پنج عرض جنوب و شمال کے سات سترہین اور ہر حصے کو اقلیم کہتے ہیں
 اور ہواے اور فراج ہر ولایت کا جدا کا نہ ہی اور نسبت اقلیم کو سات ستارون کے ساتھ منسوب کیا
 ہی اور رات دن ہر ولایت کا تفاوت رکھتا ہی یعنی کئی بیشی لیکن سب دن رات کے چوبیس ساعت
 مقرر کے ہیں میں اقلیم اول کہ متصل خط استوار کے ہی طول او سکا جانب مشرق و مغرب تین ہزار
 فرسنگ ہی ہر فرسنگ تین میل کا اور ہر میل چار ہزار قدم اونٹ کی چال مقرر ہی اور عرض او سکا
 طرف جنوب و شمال ایک سو پچاس فرسنگ ہی ہوا اس ولایت کی بارہ حصے معتدل و برابر ہوتا
 ہی و بعضے ملک ہندوستان مثل جزیرہ سلندیب کہ جزیرہ بحر ہند ہی اس ولایت میں شامل ہی
 اور ستارہ زحل یعنی سیئچر سے یہ ولایت منسوب ہی طول روز او اقلیم اول کا ۱۲ ساعت بخوجی
 اور رات ۱۲ ساعت اور میانہ اقلیم ۱۳ ساعت کا دن ۱۰ ساعت کی رات اور آخر او سکے دن ۱۲ ساعت
 رات ۱۲ ساعت اور میانہ اقلیم دوم بعد اقلیم اول کے عرض و طول میں اقلیم اول سے کم ہی اکثر شہر و
 ملک ہند کے سند و تبت اور دکن سے گجرات و دولت آباد و احمد نگر و پٹن و جھول و حیدر آباد
 بندر لنگانہ و بریان پور و سورت بندر و ناگور و اجمیر و بنگالہ و بہار و بنارس سی اقلیم میں داخل ہیں ہوا
 اس ولایت کی نہایت گرم ہی اور مشرقی یعنی برہمپت سے منسوب ہی طول روز او اقلیم ۱۲ ساعت میانہ
 ۱۴ ساعت آخر ۱۵ ساعت ہی اقلیم سوم عرض طول میں یہ نسبت اقلیم دوم کمتر ہی اور بعض شہر
 ہند کے مثل لاہور و نگر کوٹ و سر بند و بالٹی و پٹیلہ و پانی پت و اکبر آباد و شاہجہان آباد و قنوج و بارہ
 ساوات و لکھنؤ و اوڈہ و کالپی و متھرا اس اقلیم میں واقع ہیں ہواے اس اقلیم کی نہایت گرم ہی کہ
 رتی ہوئی اقلیم دوم سے ہی اور او سکے آخر میں جو چوتھے اقلیم سے ملا ہوا ہی ہواے قریب معتدل ہی
 اور ساتھ مرتج کے منسوب ہی طول روز او اقلیم ۱۵ ساعت در میانہ ۱۴ ساعت میں ۱۴
 ساعت اقلیم چارم اسکا عرض و طول تیسری اقلیم سے ہی کم ہی اور کشمیر و کابل و ملک ہند کے اس
 اقلیم میں شامل ہیں یہ اقلیم ساتون اقلیم کے پچھن ہی اسکی ہوا قریب باعتماد اور آفتاب سے منسوب
 اس اقلیم میں آبادی اور توالد و تناسب زیادہ سب اقلیم سے ہی طول روز ۱۴ ساعت در میانہ
 ۱۵ ساعت آخر ۱۶ ساعت اقلیم پنجم طول و عرض میں نہایت کمتر ہوا اسکی نہایت معتدل آخر اسکا

نہایت سرد اور زہرہ سے منسوب طول روز و ازل ۱۵ ساعت آخرہ ۱۰۱۵ اقلیم ششم طول و عرض
 نہایت کمتر ہوا ہے بہت سرد و عطار دسم منسوب طول روز و ابتدا ۱۵ ساعت میں درمیان ۱۴۱۵
 آخر ۱۰۱۵ ساعت اقلیم ہفتم کہ سب اقلیم کے اخیر پر جانب قطب شمالی ہی طول و عرض اسکا سب سے کمتر ہے
 طول ایک مزار پانسو فرسنگ ہی درازی روز ابتدا ۱۰۱۵ ساعت درمیان ۱۰۱۵ اس استلیم من آبادی
 نہایت کمتر ہی چنانچہ بلغار و ولایت سلکات اور قوم باجج و باجج کہ درائے سد سکندری میں اس
 اقلیم میں واقع ہیں ہوا ہے اس اقلیم کی نہایت سردی اور بعد اسکے دریائے محیط تک ویرانہ ہی کہ
 افراط و تفریط اور سردی سے آبادی کے لائق نہیں ہی کھاسن بھی تو وہاں پیدا نہیں ہو سکتی ہی
 تیسرے تغیر مواجرات طبیعت کہ سبب ہلاکت انسان و حیوان ہوتی ہی بیاحت امور آسمانی اور
 زمینی کے اور وہ ہوا ہے وہاں معاذا اللہ اور یہ فساد ہوا کالج آخر موسم گرمی کے اور فصل خریف کے
 پیدا ہوتا ہی اور اکثر اشخاص ضعیف قوت و ضعیف بدن کو کہ کشادہ مسام اخلاط سے پر ہوں یہ
 زیادہ اثر کرتی ہی جب یہ ہوا قریب آنے کے ہوتی ہی جانور تیز ہوش مثل چوہا اور چیل مکانوں کے
 چھوڑ کر بھاگ جاتے ہیں اوس ہوا سے بچنے کی تدبیر کلی یہ ہے کہ کم کھانا اور سرکہ و عرق پیار و تبا کو کا
 دہوان مکان کے گرد چھکنا اور زہرہ خطائی اور پیٹھا و نارچیل دریائی و ہینک سوختہ سرد و مران
 اور شربت انار و کلاب و کجبین گرم مزاج کو صحت فائدہ دیتے ہیں بیان کھانے کا جو چیز
 کھانا ہی وہ بدن میں کیفیت اثر کرتی ہی سردی یا گرمی یا تری یا خشکی کی اوسکو دوا کسی میں اور
 جزو بدن نہیں ہوتی ہے اور جو چیز کہ بعد ہضم ہوتی کی جزو بدن ہو جاوی اوسکو غذا کہتی ہیں
 اگر یہ چیز سبب حرن سفری کے بصورت کو عنہ فقط اثر کرتی ہی تو دوا سخا نہ کہتے ہیں اور وہ دوا باغ
 اگر مرکب موافق طبیعت کے ہوا دے تریاق کہتے ہیں اور اگر مفرد موافق طبیعت کے ہوا دہر کہتے ہیں
 مخالف طبیعت ہوز ہر کہتے ہیں و فر غذا کہ جسکے کھانے سے بدن سرخ و فرہ و قوی ہوا و زیادہ
 کرے بار اللہ ہی اگر یہ چیز اوسے نہ و در و کر مشروب جو چیز بی جاتی ہی اور وہ چیز کہ پینا جسکا بہت
 پانی ہو واسطے پہونچانے غذا کے تمام بدن میں اور نگاہ رکھتے طراوت بدن کی بہتر پانی نزدیک حکم
 کے آب باران ہی کہ فصل گرمی میں بہرے اور بغیر کہنے کے آوے اور آب باران جس موسم میں
 اور مواصاف ہو کر وہ بخار نہوسے بہتر مانی ہی لیکن آب باران لطافت کے سبب سے جلد بگڑا

تدبیر دیر کرنے کی جو شش دیکر کرتا ہے بعد اوسکے بہتر پانی دیا کا ہے کہ جسکا حشر شہہ دور ہوا و بعد ہی
سے تلے کو گرتا ہوا و جلد بہتا ہو زمین خالص یا لکڑی پر جاری ہو اور شیرین ہو کسی برمی چسبہ سے ملا
نہو اور جلد گرم ہونے والا اور جلد سرد ہونے والا ہو اور جو چیز اوسمین پکا وین جلد گل جائے
وزن میں سبک ہو پیاس کو کہوتا ہو بچکان سے پورب کی طرف جاری ہو یا دکن سے اوتر کی طرف
جاری ہو جو دریا کے پورب سے بچم کی طرف جاتا ہو اوسکا پانی ناقص ہے اور پانی جمیل کا قیصل ہے اور
مضر اور پانی چاہ کا قیصل تڑا و مضر تر مگر جس چاہ کا پانی ہر روز بہت خراج ہو وہ اور کو دن سے بہتر ہے
تالاب و لو کہ کابند پانی بہت بڑا ہے بیماری پیدا کرتا ہے جو پانی متصل کان آہن چاندی و سونے کے
ہو دل و جگر کو قوت دیتا ہے خفقان کو فائدہ بخشتا ہے تاب تلی کو دور کرتا ہے قوت باہ زیادہ کرتا ہے
اسہال خون کو دور کرتا ہے لوسے کا بجا اور چاندی سونے کا بجا پانی جسکا میسر حصہ ہے مسک کو
قوت دیتا ہے اور آب شیر گرم تی کی مدد کرتا ہے اور آب بہت گرم فوض کو دفع کرتا ہے اور آب سرد
معتدل المقدار موافق مزاج تندرست کے ہے مسک کو قوت دیتا ہے ہوک پید کرتا ہے بخار کو طرد
وماغ کے جانے تین تین یا خلط کو خراب ہونے نہیں دیتا برف گلی ہوئی کا پانی کسیف ہے دل و
معدے کو قوت دیتا ہے لیکن دماغ و پیچے کو ضرر دیتا ہے اور یہی سبب ہے کہ پانی برف سے سرد
کر کے پیئے ہیں اور گدے و کمدی پانی کے صاف کرنے کی تدبیرین بہت ہیں گدے پانی کو ہنگام
سے صاف کر لے تھیں اور جدوار اور ترل سے صاف ہوئے اور کمدی پانی کو تین بار جو شش سے
ہین یا بطور عرق کینچے ہیں جو شش دینے سے چہارم حصہ رہے تو بہت مہلکا ہوتا ہے اگر پاسے
ناقص ہوئی خالص اپنے شہر کی ملا کر صاف کریں و زوکر حرکت و سکون بدنی جو اہم کہ
حرکت بدنی پانچ طور پر ہے حرکت قوی و حرکت ضعیف و حرکت معتدل و حرکت جلد و حرکت
اہستہ حرکت میانہ کہ بدن کو گرم کرتی ہے مواد بدن سے تحلیل ہوتا ہے اور جو ہر غذا سے بدن
میں فضلہ باقی رہتا ہے وہ فضلہ حرکت و ریاضت سے دور ہوتا ہے ورنہ بیماری پیدا کرتا ہے پس ریاضت
بھی حفظ صحت کرتی ہے جاننا چاہئے کہ حرکت شتابانی میں تحلیل کم اور گرمی تشخیں زیادہ ہے اور حرکت آہستہ
میں تشخیں کم و تحلیل بیشتر ہے سرد مزاج والے جسکے بدن میں فضلہ کمتر ہو اور فربہ اندام ہو اوسکو حرکت
قوی اور شتاب دیر تر لازم ہے کہ تحلیل و تشخیں دونوں حاصل ہو اور گرم مزاج والے بدن

میں کہ مواد بہر ابو حرکت ہے ویر تر لازم ہے تاکہ گرمی بافراط حاصل نہ ہو معتدل مزاج واسلے
 حرکت معتدل کرنا لازم ہے وقت ریاضت کا وہ ہے کہ بول و ہراز سے فراغت ہوتی ہو اور غصہ
 مبہم ہوتی ہو اور دوسری غذا کا وقت نہ آیا ہو پیت بہرے پر ریاضت ضروری ہے ضعیف آدمی کو ریاضت
 نرم و ہلکی چاہیے جس سے دل نہ گہراوے اور بعضی ریاضتیں سخت ہوتی ہیں جیسے کشتے لڑنا کھڑا دوڑنا
 پیادہ چلنا پیرنا تیر چلنا کلن سخت کا کھینچا گیند ہینکنا و نیزہ بازی تیغ بازی آہنگری و آب کشی
 و عیسرہ اور بعضی ریاضت نرم مناسب مزاج نا توانوں کے ہیں مثل سواری سہپ باہشتگی مسواری
 کشتی و آہستہ پیادہ رومی اور یہ ریاضت تمام بدن کی ہے اور بعض ریاضت خاص ایک بدن
 بدن کی ہے وہ ریاضت اوسے بند کو قوت دیتی ہے جیسے فکر ریاضت و مانع ہے اور آواز بلند ہے
 بڑھتا ہے اور فضلہ و مانعی دور ہوتا ہے اور سنا آواز بلند و آسمان لہذا کار ریاضت کان ہے اور نظر کرنا
 باریک چیزوں اور باریک خطوں پر ریاضت آنکھ ہے اور آواز دراز کرنا ریاضت گلے کی ہے اور کان کشی
 و تیر اندازی و گیند بچی اگر چہ ریاضت تمام بدن کی ہے لیکن گردن اور سینہ اور ہاتھ اور بازو کو بہت
 قوت دیتی ہے اور پیچھے کے بدن کو کتریک قوی کرتی ہے رگون کو ایسی ریاضت سے بہت فائدہ
 ہوتے ہیں اور ریاضت معتدل نافع ہے اور افراط ضروری ہے بدن کو لاغر کرتی ہے خشکی ملتی ہے
 گرم مزاج کو ریاضت بافراط منع ہے مناسب یہ ہے کہ واسطے ریاضت کے ہر فصل میں اوقات
 مقرر کرے فصل گرمی میں قوت صبح جاوے میں پہر و ن چہڑے غذا اگھانے سے پہلے ریاضت
 اختیار کرنا مناسب ہے اور بدن کا ملنا ہے شامل ریاضت ہے اور فضلہ اور بیج کو تحلیل کرتا ہے
 گرمی لطیف پیدا کرتا ہے ملوہ غلیظ کو جلد کے اندر سے نکالتا ہے اور تحلیل کرتا ہے جو بند ہوتا
 پائون کا کہ وقت پیدائش سے چھوٹا ہے اگر اوسے بڑا کیا جائے یا دبے کو موٹا کیا چاہے میں تو
 سٹنے سے بہتر کوئی علاج نہیں ہے لازم ہے کہ اول اوس عضو کو کسی موٹے کپڑے سے ملیں
 کہ سینہ ہو پھر زنت رومی اور پھر ملیں چند روز میں وراز و فرہ ہو تا ہے مگر اصل یہ ہے کہ درازی کرنا
 میں حاصل ہوتی ہے اور فرہ بھی ہر وقت میں ہوتی ہے اور ماش ساتھ چیز سخت کے خون کو جذب
 کرتی ہے ریاضت سے پہلے ملنا بدن کا مناسب ہے بعد ماش کے بڑھ کو کھینچا لازم ہے
 جیسا کہ عمل حمام کا ہے اور ماش اوپر سے نیچے کو چاہیے ذکر حرکت و سکون نفسانی کا جانتا

جاننا چاہیے کہ امور نفسانی کو مثل خوشی و ناخوشی کے تاثیر بدن میں بہت ہے یہاں تک کہ زیادتی خوشی
 سے آدمی مر جاتا ہے پس فرحت و خوشی دل و دماغ کو قوت دیتی ہے اور خون بدن کا خوشی سے بہت
 بدن تروتازہ و فربہ ہوتا ہے امراض سوداوی دور ہوتا ہے دل کو قوت تمام حاصل ہوتی ہے عین عالم
 بدن کو دُبلاتا ہے و لکھو ضعیف خصوص سرد مزاج و ایکو بہت نقصان دیتا ہے گرم خشک مزاج
 والے کو کثرت غم سے تباہ ہوتی ہے بہت فکر سے دماغ ناطق ہوتا ہے اور ہولاد و خون جلتا
 بیماری سوداوی پیدا ہوتی ہے قوت گھٹتی ہے بہوک جاتی رہتی ہے ہر چند کتنا ہی اسباب عیش نشاط
 کا موجود ہو لیکن حالت فکر میں بدن کو کچھ اس سے نفع نہیں ہوتا عصب بدن کو گرم کرتا ہے خشکی لانا
 تپ اور صفرا پیدا کرتا ہے الٹا سرد مزاج والے کو غصے سے فائدہ ہوتا ہے اور خون سے بھی آدمی کو بڑا
 ضرر ہوتا ہے بہت ذرا اند ذکر خواب و بیداری جو اثر کہ سکون اور نشہ میں ہے وہ
 سونی میں ہے کہ حواس ظاہر اور باطن کو ساکن کرتا ہے اور خواب و تشہم پر ہے طبعی و غیر
 طبعی خواب طبعی بشرط اعتدال خشکی بدن کو کوفت و ماندگی دور کرتا ہے اور دوسرے جو حرکت اور حرکت
 سے پیدا ہوا ہو فوراً دور ہوتا ہے بعد فراغ کھانے کے تھوڑی حرکت بہتہ کر کے ایک ساعت کے
 بعد خواب کرنا فائدہ تمام دیتا ہے کھانا ہضم ہوتا ہے چت سونا حکیموں نے منع کیا ہے کہ ترلہ اور فالج
 اور کابوس پیدا ہوتا ہے خواب بائیں طرف ہضم کو مدد دیتا ہے بعد غذا کے اول دائیں کروٹ
 لیٹنا بہت مفید ہے وقت سونے کے سر کو اوپر تکیہ بلند کے رکھیں کہ اکڑ اور ناک اوپری رہے
 اور خواب معتدل کہ نہ بہت زیادہ ہو نہ بہت کم ہو اور بعد مسراح کھانے پینے کے ہو اور وقت رات
 کے اتفاق پرے رنگ بدن کو اچھا کرنے فکر و حواس کو درست رکھے غذا کو بدن میں مضجک کر کثیفہ
 فضلے کا کرتا ہے اور خواب دراز کہ ساڑھے تین گھنٹے سے زیادہ ہو حواس کو خواب اور بدن کو کثرت
 کرتا ہے اور ابخرہ دماغ کو جاتے ہیں اور بہوک میں خواب کرنے سے بدن خشک ہوتا ہے قوت
 گھٹتی ہے خواب روز کی بیماری فالج و زلہ پیدا کرتی ہے رنگ زرد ہوتا ہے مگر موسم گرما میں
 کہ دن بہت بڑا ہوتا ہے یا یہ کہ رات کو جاگنے کا اتفاق پڑا ہو تو ایسی حالت میں اگر دن کو سووی
 تو کچھ مضر نہیں ہوتا مگر جس آدمی کو دن کے سونے کی عادت ہو یک ایک ترک کرے مگر سوناٹوں کا
 ایک دو گھنٹے سے زیادہ بچاویے اور سوناٹ کا بچ گھنٹے سے کم بچاویے تو تین گھنٹے بھی مناسب ہے

خواب معتدل ایام پیری میں زیادہ فائدہ دیتا ہے اور بدن کی گرمی کو قائم رکھتا ہے اگر کسی آدمی کو
 بسبب خشکی دماغ کے نیند کم آتی ہو تو حریرہ خشتخاش و شیرہ مغز بادام و تخم کاهو و تخم کدو سے شیریں
 او سکلی حق میں بہتر ہے اور خشتخاش میسر تمام بدن پر ملنا نیند لاتا ہے وقت قبلولہ جو بعد طلوع آفتاب کے
 ہوتا ہے اور وقت عینلولہ کہ بوقت غروب آفتاب ہوتا ہے اور وقت قیلولہ کہ بعد زوال
 آفتاب یعنی دوپھر دھلے پران وقتوں میں خواب کرنا چاہیے مگر کسیکو اتفاق جلنے کا ہو اہو تو خواب
 قیلولہ روا ہے اور بعض حیروں کے کمانے کے بعد خواب کرنا ضرور دیتا ہے اگر راتی اور دودہ کہا کر
 خواب کرے تو آنکہ میں تیرگی پیدا ہو اور حواس مکر ہوون اور بعد غذا فاسد کے خواب کرنا خیال
 میں حسل اور خواب پریشانی لاتا ہے اور کچھ نیند میں جگنے سے خفقان اور صرع اور بہت بیماری پیدا
 ہوتی ہیں اگر کسی خوابیدہ کا جگانا منظور ہو تو اول سہتہ جگائیں ذکر جاگنے کا بیداری مثل
 حرکت کے ہے بہت جاگنے سے دماغ میں ضعف اور آنکھوں میں تاریکی آتی ہے بہوک باطل ہوتی ہے
 بدن دہلا ہوتا ہے اور اکثر خلل دماغ اور امراض و سواس و جنون پیدا ہوتا ہے جاگنا معتدل فقط صحت
 زیادہ کرتا ہے الغرض سب حال میں میانہ روی بہتر اور مفید ہے و باعث حفظ صحت ہے ذکر حفظ
 صحت جو چیز کہ بدن میں رکھنی ضرور ہے اور جب کا بدن سے لکالنا ضرور ہے وہ دونوں طبعی و غیر طبعی
 میں معلوم ہو کہ جو وقت آدمی غذا کھائے اور وہ غذا معدے میں جائے ہی چار جگہ طبع کھاتی ہے اور
 ہر جگہ سے خلاصہ فضلہ غذا سے جدا ہوتا ہے اور ایک جگہ سے دوسری جگہ رگون کی راستہ جاتا ہے
 خلاصہ تو بدن میں پیوست ہوتا ہے اور فضلہ بدن سے نکل جاتا ہے اس پکاہ کا نام ہضم ہے اول
 معدے میں ہوتا ہے اور خلاصہ اس کا راہ رگون سے کہ جگر اور معدے سے ملی ہیں جگر میں جاتا ہے اور
 فضلہ اس کا آئون کی راستہ باہر نکلتا ہے اور اس فضلہ کو نجاست یعنی مہندی میں گودہ کہتے ہیں اور ہضم
 دوسرا جگر میں ہوتا ہے خلاصہ اس کا بلغم اور خول اور صفرا اور سودا ہے اور انکو چار خلط کہتے
 ہیں راہ رگون سے کہ جگر سے پیدا ہوئی ہیں اور تمام بدن میں ملی ہی ہیں سارے بدن میں جاری ہوتا ہے
 جس طرح ندی کا پانی درختوں میں جاری ہوتا ہے اور فضلہ اس کا راہ گروہ اور مثانہ سے باہر نکلتا ہے
 جسکو پیشاب کہتے ہیں ہضم تیسرا رگون میں ہوتا ہے خلاصہ اس کا رگون کے تمام اعضا میں پہونچتا ہے
 ہضم چوتھا تمام اعضا میں ہوتا ہے اور خلاصہ اس کا سب بدن میں پیوست ہوتا ہے اور جزو بدن بننا ہی

اور فضلہ ان دو وزن ہضم کاراہ مسامات بدن سے میل اور عرق بہو کر کھل تا ہے اور فضلہ دماغ ناک سے باہر
آتا ہے اور یہ تفرغ طبعی کہلاتا ہے کہ حکم خدا تعالیٰ طبیعت آدمی کے بدن میں تدبیر کامل کرتی ہے
اور بوسیلہ چار قوت کے کہ خادم طبیعت کے ہیں غذا کو کھینچتی ہے اور ہضم ہونے تک معتمام معینت پر
شیرار کستی ہے اور بعد ہضم کامل کے خلاصہ کو جزو بدن کرتی ہے اور فضلہ کو راہ معبودہ سے باہر نکالتی ہے
پس فضلہ شکم کا گوہر ہے نشان صحت اوسکا یہ ہے کہ بہت سخت اور بہت نرم ہی نہو اور صحتی غذا کھائی ہو
اوسی مقدار ہو وزن میں غذا سے نصف ہو اور آسانی سے نکل آوے نکلنے میں زور نہو اور باختیار نکالا جاوے
اور نکلنے کے وقت مقعد میں جلن نہو اور بارہ گھنٹے کے بعد نکلے اور ایک رات دن کے اندر
دو بار نکلے لیکن صحیح مزاج رات دن میں ایک بار فراغت چاہے ہیں اور بعضے دو دن میں ایک بار
چاہے ہیں اور کچھ خلل نہیں پاتے ہیں عرض کہ اندازہ اوقات دفع فضلہ کا موقوف معتد اور قوت ہاضمہ پر
جائزین لیکن زیادہ دو بار سے جانا البتہ سبب ضعف ہاضمہ یا بہت کمانے سے ہو گا اس سے پرہیز کرنا چاہیے
پس اگر طبیعت قبض ہو اور منع نہو تو شور باے چرب یا حلیم گندم ورنہ ساگ یا لک و خرفہ و کدو سے غذا
کریں تاکہ قبض دفع ہو اور قابض چیرون مثل چانول بہنے ہوؤں وغیرہ سے پرہیز کرے اور اگر معتاد
زیادہ دست آویں بسبب گرانی کے تو ایک روز فاقہ کریں اور سو رہیں اور اگر کوئی سبب ہو تو احتیاط
کریں کہ زیادہ نہو اور اگر منع نہ ہو تو غذا میں گرم مصالح بہت ڈالیں اور ترشی زرشک و سیاق و انار و آن
اور اگر چیز قابض استعمال میں لاویں اور راہ معتدل پر چلیں فضلہ جگر کا بول ہے اوسکی صحت
کانشان یہ ہے کہ مرد جوان معتدل طبیعت کے مزاج میں اگر زنگ و اچیز نکھائی ہو یا مہمدی وغیرہ
زنگ و اچیز استعمال نہ کی ہو کہ رنگ پیشاب کا زرد وائل لبر حی مانند جملی پوری کے ہو اور بہت پتلا مانند پانی
کے نہو اور بہت گاڑ یا نہو بہت بد بو نہو پانی پے ہوئے بہت کم و بہت زیادہ نہو اور عورتوں کا پیشاب دو
گاڑ یا ہو تا ہے اور سفید اور بول مردوں کا ہلانے سے مکدر نہیں ہوتا عورتوں کا ہو جاتا ہے ابتدا
جل میں پیشاب پتلا ہوتا ہے اور آخر ایام حمل میں زردی سرخی لاتا ہے اور ہلانے سے مکدر
ہوتا ہے بول عورت وقت نفاس اکثر اوقات مائل سیاہی مثل کاجل ہوتا ہے و بول طفل شیر خواہ
قدر سے مائل سفیدی ہوتا ہے بول اطفال نابالغ غلیظ تر بول مردم جوان سے ہوتا ہے بول مرد
جوان صحیح کا اور تر جی ہوتا ہے اور پیر ضعیف کا سفید و رقیق تر پس جس آدمی کا بول احلا ف مذکورہ بالا ہو

البتہ تغیر مزاج صحت کی دلیل ہوگی اور فضلہ ہضم تیسرے کا کہ رگون میں ہوتا ہے نشان صحت اور اس کا
 یہ ہے کہ بطور اعتدال کے عرق بدن سے دفع ہوا اگر بہت عرق پسینہ زیادتی ترسی اور کھلنے مسامات
 آوے تو غذا کو خشک کماوین اور ریاضت بہت کریں کم ہونا عرق کا نشان خشکی مزاج اور بستی مسامات
 کا ہے اگر خشکی مزاج سے عرق کم آوے تو غذا سے تر مثل شیر و غیرہ کماوین اور ترک ریاضت
 کریں اور اگر کم آنا عرق کا بسبب بستی مسامات کے ہو تو بہتر تدبیر کہوئے مسامات کا عرق لانا ہے
 از روئے حمام کے کہ جب کا ذکر سابق میں کیا ہے اور فضلہ بلغمی و ماغی کہ ناک سے نکلتا ہے نشان صحت
 اور سکایہ ہے کہ نہ بہت قیق ہو نہ بہت گاڑھا ہو نہ بہت گرم ہو نہ بہت سرد ہو بلکہ سفید رنگ بسہولیت
 اور اپنے ارادے سے نکالی جاوے اور نر و جوت وار ہو اگر بہت قیق راہ بینی سے نکلے تو علامت زکام
 ہے چاہے کہ سر کو دھسکا کہیں اور اول روز فاقہ کریں اور پانی پینا موقوف کریں اور بخار بہوسی
 گیمون کا اور پوست کو کنار کرات کے وقت سر میں لگاویں اور دوسرے روز علی الصباح لعاب ہنہا
 و شیرہ حیدرین و شیرہ مغز تخم کدوے شیرین و شیرہ خشخاش و شیرہ مغز بادام مقشر مصری ملا کر پیوین اور
 تین چار روز ایسی ہی احتیاط کریں اور بغیر ہو کہ کچھ نہ کماوین اب سرد و روغن و ترشی سے پرہیز اور
 پانی کم پینا بہت مفید ہے اگر دماغ کا پانی رقیق اور گرم طرف حلق کے گرے تو علامت نزلہ گرم کی
 ہے بطور زکام علاج کریں اور جو چیز گلے کی طرف جاوے کما سنو سے دور کریں اور پوست اور سپاری پانی
 میں جوش کر کے غزہ کریں مگر حلق میں نجاوے اور ناک میں پُرانی زونی کی بتی کہیں تاکہ مواد نشتہ سے
 جاری ہوتا ہے گلے سے ریش طرف حلق کے ہو اور نزلہ بہت گرم میں دودھ گرم پینا بہت مفید ہے اگر
 بلغم رقیق اور غلیظ سرد ناک سے نکلے اور بہت بہاری ہو اور چنیک بہت نہ آوے تو علامت زکام سرد
 کی ہے اور اگر گلے سے نکلے علامت نزلہ سرد کی ہے علاج یہ ہے کہ سر کو دھسکا کہیں اور جو شائد
 بے اندہ اور اسل السوس اور دار چینی اور کلچین اور پستان عرق سولف میں مٹھری ملا کر پیوین اگر قیض شکم ہو
 تو بقیث و آبخیر ہی داخل کریں اور برگ پان جانیفل رک کر تھوڑا خشک ملا کر منہ میں کہیں اور عطر لوبان
 منہ میں ڈالیں اور غذا خشک اور نان گندم اور چنے اور کالی میچ کماوین اور کاکڑہ منہ میں رکھیں اور کلو بخی
 و سولف روتی کے اوپر لگا کے کھاوین اگر کھانے پینے سے فاقہ ہو سکے تو بہت مفید ہے
 اور بینی ہی رطوبت فاضلہ ہضم تیسرے اور جو نٹے سے ہے اور خلاصہ غذا اور خون صالح سے پیدا

ہوتی ہے وقت کھانے غذا سے تین روز و شب کے بعد تمام رگوں میں سر اور خاص کر دماغ سے جدا
 ہو کر حسیوں کے رگوں میں جمع ہوتی ہے اور رنگ سفید پیدا کرتی ہے جس طرح دودھ چھاتی عورت
 میں سفید ہوتا ہے اور وقت حاجت کے بطریق انزال کے آلت کی راہ سے نکلتی ہے اور یہی سبب ہے
 کہ اگر جماع افراط سے کیا جاتا ہے تو منی کے عوض خون آتا ہے پس یہ فضلہ اگر بہت ہو اور ایک مدت
 دراز تک دفع نہ ہو تو بڑا ہنسا پیدا ہوتا ہے اور یہی سبب ہے کہ جو جوان آدمی گرم مزاج مجبور رہے تین
 مرض جنون اور فساد خون میں مبتلا ہو جاتا ہے پس جماع بھی استفرغ طبعی ہے اور باوجود خوشی اور
 رغبت اور لذت اور پسند خاطر کی سبب اولاد اور نسل کا ہے کہ مقصد اعلیٰ ہے پس جماع سے دو
 غرض ہیں ایک حفظ صحت بدن کا اور دفع فضلہ کا اور اگر جماع بقدر حاجت حسب اصلاح مزاج اور حصول
 شرائط کے اتفاق پڑے باعث امن و امان بدن ہوتا ہے اور بدن کو بہت فائدہ دیتا ہے اور اگر جماع
 افراط سے کیا جائے اور شرط اسکی عمل میں نہ آوے تو بڑا خلل پیدا ہوتا ہے حکیم کہتے ہیں کہ
 ایک جماع سے دوسرے جماع تک فاصلہ ایک سال کا لازم ہے اور جب لینوس نے جہ میمنے کا فاصلہ
 لکھا ہے اور ابو علی سینا لکھتا ہے کہ جب تک قوت قائم رہے اور ضعف نہ آوے مضائقہ نہیں اور تحقیق یوں ہے
 کہ جسوقت بغیر بوسہ و کنار اور بدون خیال و تصور بسیار کے سنوٹ جماع پر رغبت دل بدرجہ نہایت پائی جاوے
 اور وقت جماع کرنا موجب صحت بدن کا ہو گا ورنہ ضرر لاتا ہے اور ایک یہ بات ہے کہ اس معاملے میں ہر
 انسان کا احوال و گروں ہے بعض تو ایسے ہیں کہ سات دن رات میں ایک بار جماع کر سکتے ہیں اور بعض ایک
 رات میں سات عورت رکھ سکتے ہیں پس اندازہ اوقات اس معاملہ کا ہر شخص کے واسطے باعتبار قوت و ضعف
 مزاج و اختلاف آب و ہوا و تاثیر ولایت کے جاننا چاہیے لیکن مناسب یہ ہے کہ نسبت معتدل مزاج آدمی کو جو
 جماع کر جب میں انزال ہو فاصلہ تین روز سے کم نہ ہوتا کہ ضعف نہ آوے اور بہتر وقت جماع وہ ہے کہ شکار نہ پر ہونہ
 خالی اور کھانا ہضم نہ ہو اور وقت جماع اور غذا میں فاصلہ ایک پہر سے کم نہ ہو اور نصف شب کے بعد وقت خوب ہے
 بد صورت عورت سے جماع کرنا مناسب نہیں خصوص حمض و الی سے جماع کرنے میں امراض بد پیدا ہوتے
 ہیں اور جو عورت چالیش برس سے تجاوز کر گئی ہو اس سے بھی منع ہے اور حالت بدھیمی و بیخوابی و ماندگی
 و غم و غصہ و فطامین و بعد متفرغ و بعد ریاضت و سحاکت مستی و خمار اور جس وقت بدن بہت گرم ہو یا بہت
 سرد ہو جماع کرنا منع ہے جو آدمی خشک مزاج ہو یا دل اور معدہ یا دماغ یا چشم و غمزہ اعضا بدن کا

ضعیف ہو اور سے جماع کم کرنا چاہیے بعد جماع کے آب سرد دنیا بہت مضرب ہے اور عورت کو بعد جماع کے
 آب سرد دنیا بہت ضرر دیتا ہے اور بیماری عینہ کی پیدا کرتا ہے جلد ہر اور جو لاہو جاتا ہے اور افراط جماع
 سے گھٹیا ہوتی ہے انکہ کی بنیائی کم ہوتی ہے و بحالت سنگم سیری جماع کرنا بیماری مثل گھٹیا و فقرش
 یعنی درد انگلی اور وار الفیل اور ورم حصیہ پیدا ہوتی ہیں اور خالی پیت جماع کرنے سے ضعف بنیائی
 و لاغری بدن پیدا ہوتی ہے و خفقان و یرقان و سہل و وق پیدا ہوتی ہیں بعد کمانے ترشی کے
 جماع کرنا عینہ پیدا کرتا ہے اور بارہ عورت سے جو حد بلوغ پہنچتی ہے گاہ گاہ جماع کرنا بہت قوت بخشنا
 شہوت کو قائم رکھتا ہے جماع ساتھ محبوب طراز کے فرحت بید پیدا کرتا ہے غم و وسواس کو دور کرتا ہے
 امراض سوداوی کو دفع کرتا ہے آغرض دوسری جماع سے وہی ہے کہ بقائے نسل اور تسلسل اولاد
 جاری رہے اور وقت اس جماع کا وہ ہے جس میں یہ مدعا حاصل ہو پس شرط یہ ہے کہ انزال مرد وزن
 ایک ساتھ ہو تو سبب حمل کا ہو اسلئے یہ قاعدہ مقرر کیا ہے کہ اول عورت سے بوس و کنار و اختلاط
 بہت کرے اور سر پٹان کو باہر تکی ملین اور گلے سے لگا کر پیار کرین جبکہ عورت کو شہوت غالب ہو
 اور انکھیں سرخ ہوں اور جلد سانس نہ لے اوسوقت جماع میں مشغول ہوں تاکہ دو ولولت پاویں وقت جماع
 اول سہرالت کو اندام نخیانی عورت پر خوب سا چند بار گیسے جب و بکھین کہ عورت آپ چاہتی ہے دخول کو
 اور مرد کی طرف کمر کو پہرا دے اور خود مرد سے چپٹ کر حرکت کرنے لگے اوسوقت ایک دفع بقوت تمام
 شدی کے ساتھ داخل کرے اور باہر تکی خارج کرے اسطرح دخول بقوت و شدی اور حشر و ج
 باہر تکی کیا کرے اور یہ بھی قصد کرے کہ حشر نہ برحسہ یعنی بچہ دان کے منہ پر لگے جب عورت متزل ہونے
 لگے خوب سا گلے پٹا کر ساتھی متزل ہو جاوے اور عورت کو ایک فرش نرم و ملائم پر سلاوے ایک نیم
 تکیہ اوسکے کمر کے پیچھے رکے ایک تکیہ اوسکے سر پیچھے رکے پھر بطرح آدمی گھوڑے پر سوار ہو جاتا ہے اسطرح
 عورت کے شکم پر ناف کی طرف سوار ہو اور اپنے ہاتھ عورت کی کمر میں ڈالے سر میں عورت کے کچھ
 اوٹے رہیں عورت کی زبان اپنے منہ میں لے اس سے کوئی صورت بہتر جماع کی نہیں ہے اور بہت
 رغبت اساک میں مکرین کہ کثرت اساک سے ضعف آتا ہے اور اگر قوت کم ہو تو غذا و مقوی مہنی کی زیادہ
 کرنے والی کما دیں اور غذا سے مقوی باہ چٹا اور آدھی اور چوہارا اور پستہ اور بادام اور گری اور
 مسکہ اور مقوی ہے کہ اسکے کمانے سے ضعف و بہر تہا ہے اور جو عورت کہ حمل سے پہلے ہوا و کمال یافت کیا جائے

کہ حاملہ ہوگی یا نہیں یا ہے تو بعض ترکیب غذا اور دوا کی باب دوسرے کتاب ہذا میں محل بیان کیجاو گی اوس
 سے دریافت کریں و کر لڑکے کا جاننا چاہیے کہ جنوٹ منی مرد کی جسم میں عورت کے جاتی
 ہے اور وہاں ٹھہرتی ہے خون حیض کا جو ہر مہینے نکلتا ہے بند ہو جاتا ہے اور شہوت عورت کی کم
 ہو جاتی ہے منہ کارنگ پلٹ جاتا ہے نبض جلدی چلنے لگتی ہے اس حالت حمل میں لازم ہے کہ عورت
 کو بہت آرام سے رکھیں جلدی چلنے اور دوڑنے سے اور بہت محنت سے منع کریں مثل پکالنے کھانے
 اور حمام وغیرہ کے اور قصد سنگی اور جونک سے منع کریں اور قصد نمکریں اور اگر ایام حمل میں
 تھے از خود آوے تو اسے بند بھی نہ کریں لیکن بحسب ضرورت بند کریں اور اگر خون کم کرنا ضروری ہو تو
 پانچویں مہینے اجازت ہے اور اگر حاجت مسئل کی ہو تو تین مہینے مثل شیر خشک و تر بنجین و مغز امتاس
 و روغن بادام ایام حمل میں چوتھے یا پانچویں مہینے میں دیویں اور آواز بلند اور سخت اور خوننماک سے
 دور رکھیں اور خوف و غم و اندوہ و سنج شدید سے بھی بچائیں اور بحالت حمل جماع نہ کریں اور کھانا بہت شکم
 سیر سے کھاویں حتی المقدور طبیعت کو قبض نہونے دیں اور اگر ہو تو ملائم چیزوں مثل کدو وغیرہ سے
 رفع قبض کریں اور حاجت گلقد کی ہو تو گلقد ملا کر کماوین اگر برگ گل تازہ یا خشک دستیاب ہوں تو
 گلاب میں تر کر کے پیسکر مصری ملا صبح و شام پیئے زمین کہ بھتیرین علاج یہی ہے اور بد مضمی کا خیال
 رکھیں یہیہ حاملہ کے حق میں بھت برائے اور کہی کہی سکجنجین چار مہینے بعد استعمال میں لاویں غبت ہتی
 و کولہ وغیرہ کی جو حاملہ کے دلیں پیدا ہوتی ہے سکجنجین سے دور ہوتی ہے اگر حاملہ کے سر میں تیل ڈالنا
 منطوب ہو تو اول ادویہ مقویہ و ماغ مثل دار چینی و اور سطر خود و سونگین پھر تیل ڈالیں تاکہ زکام و
 تر لہ پیدا نہو اور کھانسی جو اگر حاملہ کو پیدا ہوتی ہے خیال رکھیں کہ زیادہ نہو اور سخت کھانسی سے
 حمل گرنے کا ڈر ہے جو ارش مر و ارید حاملہ کے حق میں بہت مفید ہے اکثر اوقات حمل کو محفوظ
 رکھتی ہے نسخہ جوارش مر و ارید مر و ارید نافستہ عطر قرعہ ہر ایک یکدرم بنجیل مصطلک ایک
 چہار درم زربناد و روج عقری تخم کرش قاقلہ خور بویہ سباسبہ خرفہ ہر ایک دو درم بہمن
 سفید بہمن سرخ و آرسفل ہر ایک سہ درم دار چینی پنجدرم نبات بوزن ہمہ ادویہ حسب اجزا
 کوٹ کے پیسے مصری ملا کر قوام کر کے بدستور معجون بنا دیں پس بوزن یکدرم کہ سائبہ تین
 ماشہ کا ہوتا ہے یا زیادہ حسب مزاج کمایا کریں اور قانون کلی یہ ہے کہ یا قوی وغیرہ سے جو چیز کہ دل کو قوت

دینی ہو اور پیٹ میں بچے کی حفاظت کرنی ہو عمل میں لادین اور جب نوان نہیں ہو تب روغن بادام
 شیریں یا شیر مادہ گلابیوں اور قدر سے قدر سے زعفران کمانا بہت مفید ہے اور جب حاملہ ہے تو
 ہوا نام نہانی میں تیل خالص کنجد کا ملین اور حمام میں اگر غسل کریں تو بچہ آسانی سے پیدا ہوتا ہے
 اور زعفران قدر سفید میں ملا کر کما دین تاکہ بچہ پید ہو اور عورت کے سر کے بال کی دھو بیوی سے
 سے بھی بچہ جلد پیدا ہوتا ہے جسوقت بچہ پیدا ہو با احتیاط تمام پرورش کریں اور جسوقت سے
 کہ بچہ پیدا ہو ایک دن رات دودہ ندین اور جسقدر دودہ دینے میں توقف کریں بہتر ہے اور دودہ
 دینے سے پہلے ایک انگلہ شہد میں لپیٹ کر بچہ کے منہ میں چٹاویں اور جب دودہ کو بھرا ہو اور
 رووے تب دودہ دیوین نہ چنے کے واسطے بچے کی ماکا دودہ بہتر ہے لیکن چاہیے کہ ایجاں دودہ دینا
 سات دن تک ماکا دودہ ندین دایہ گادین بچے کی ماس سفید میں دودہ اپنا دوتی رہے یا کسی اور
 نیچے کو پلائی رہے بعد مہینہ کے دیکھے کہ دودہ سفید رنگ ہو اور واقعہ شیریں تب پلانا شروع کریں
 جب تک دودہ کی اصلاح نہ انتظار کریں اور جب معلوم ہو کہ دودہ صاف نہیں ہوا اور حاجت علاج کی
 ہے تو بموجب قاعدہ طب کے علاج کریں اور شیر ہو تو دایہ سے دودہ پلاوین لیکن عسر او سکی ۲۰
 یا ۳۰ سال سے زیادہ نہ ہو اور صورت و سیرت بھی خوب ہو اور لڑکے والی ہو اور جتنے سے سو اپنا
 گذر ہو اور چھاتی چھوٹی ہون لگتی اور کدنی نہ ہون نہ بھت چھوٹی نہ بہت بڑی ہون نہ بہت پسیلی ہوئی
 اور دایہ پیٹ گرائی نہ ہو حاملہ بھی نہ ہو کہ پیٹ والی کا دودہ بچہ کو بہت ضرر دیتا ہے اور دودہ دایہ کا
 با فراط زیادہ و با فراط کم نہ ہو اور سفید ہو مائل لسرخ ہو تو اول تھوڑا دودہ پالی چینی میں دودہ کرکھیں کہ بہت
 گاڑنا نہ بہت ہلکا ہو بلکہ معتدل توام ہو ایک قطرہ دودہ کا ناخن پر ڈال کر بھکیں اگر ایک جگہ ٹھک رہ
 جاوے تو غلیظ ہے اگر بہ نکلے تو رفیق ہے اگر بہ کر ٹھک جاوے تو معتدل ہے اور مزہ دودہ کا شیریں
 کداری و تلخ نہ ہو دایہ غذا پاکیزہ و نرم کھاتی رہے مثل نان گندم و کاسو و عتر بادام کہ اوس سے دودہ
 خالص پیدا ہوتا ہے اور جب تک دایہ دودہ پلاوے جماع نکروے جماع سے دودہ خراب
 ہوتا ہے اور دایہ کو کسی بات کا غم و فکر نہ ہو تو کام بھی کرنا دایہ کو ضرور ہے جب بچے کو دودہ دینا
 پہلے تھوڑا سا دودہ دین لیں پھر بچے کو پلاوین اور اتنا پلاوین کہ تھوڑا پیٹ بچے کا خالی رہے بہت
 پلانے سے پیٹ بچے کا پھولتا ہے اور در پیدا ہوتا ہے جب تک پیٹ بالکل خالی نہ ہو دودہ ندین

اگر کچھ بیمار ہو جاوے علاج کسی نرم دوا سے کریں دوا سخت ندیں اگر کوئی دوا سخت کر دی
 کی ضرورت ہو تو ادو سوت دودھ موقوف کریں بیماری عورت کا دودھ بچہ کو کبھی ندیں جب بچہ دوس برس کا ہو
 دودھ بند کر دیں کہ تیسرے برس دودھ خراب ہوتا ہے جب بچے کا دودھ بند کریں موسم سخت گرمی کا ہو
 آفتاب تیزی میں نہ آیا ہو اور لازم سے کہ بچے کو دودھ بند کرنے سے پہلے کچھ چیزیں نرم موافق مزاج بچہ
 کے مثل مغز بادام و مغز پستہ و حریرہ نشاستہ گندم و مصری کھانا سکھا دیں اور آہستہ آہستہ دودھ
 بند کریں جب کھانے کی عادت ہو جاوے دودھ موقوف کریں جب بچہ بیٹنا سیکھے زمین نرم اور
 ملائم فرش پر بٹھادیں اور کوئی چیز کو کدرا مثل تیر و غیرہ پاس اوسکے نہ رکھیں اور ہمیشہ خاطر داری
 اور رضا جوئی بچے کی کرتے رہیں اور پیار و نرمی سے بات کریں غم غصہ اوسکے پاس تک نہ لائیں
 ورنہ بدخلق ہو جاتا ہے جب بچے کے دانت نکلنے ہیں تب اکثر بیماری لاحق ہوتی ہیں تب بدبیر حلیہ اور
 آہستہ نکلنے دانتوں کی کریں یعنی جب دانت نکلنے شروع ہوں خرگوش کے منقری مالش
 کریں اور جب دانت باہر نکلیں و عن کچھ اور آب گرم سے بچے کی گردن اور سر ملین ایک دو
 قطرہ روغن شیر گرم کان میں ڈالیں اور ایک ٹلٹی کی لکڑی ہری ورنہ پانی میں نرم کر کے بچے
 کے ہاتھ میں دین تاکہ اوسے چوسے کوئی سخت چیز چوسے کو ندیں جب بات کھنا شروع کرے
 تب زبان کی جڑ آہستہ آہستہ ملین جب زمین پر چلنے پہرنے کی قوت آجاوے تب نرم زمین پر چھو
 اوز بچوں کے ساتھ کھیلنے دین کہ بچے کو کھیلنے سے بھتر کوئی چیز فائدہ مند نہیں ہے پانچویں سال
 لکھتے ہیں بٹھادیں بلا جھڑکی پڑھادیں کلام سخت نکرین کہ ملول ہونے سے بدخلقی آتی ہے سخن نرم
 و پاکیزہ ساتھ بچے کے کرنا بہتر ہے گالی و غیرہ الفاظ بد اوسکے روبرو نہ کہیں کہ جوبات بچہ چن بین سکا
 ساری عمر اوسی عادت پر رہتا ہے بعد سات برس کے آداب ادب و قاعدہ تعلیم کریں اور بعد
 دس برس کے علم ریاضی و حساب ہندسہ سکھائیں کہ جسمین فکر اور غور کا کام ہو بعد بارہ برس کے
 شعر کھانے کمانے کے سکھائے جاویں جب سن تیر اور عقل کلی کو پہونچے اوسوقت شغل فضائل علو
 و کسب کمال و حسن اخلاق کی تحریک کریں اور اوقات صناعات اور نفع حاجات اور ہر قسم کی
 ریاضت و رسم و عادات معلوم کرادیں جب بچہ خود جوان و ہوشیار ہو لازم ہے کہ قدم بہت کاچست
 منزل مقصود میں ثابت رکھیں تاکہ مقاصد دینی و دنیوی سے برخوردار ہو اور ایام

جوانی میں غذا سرد و تر یا معتدل استعمال میں لاوین جماع و حمام بہت کریں لیکن حد اعتدال سے
 نگذریں اگر حاجت کم کرنے خون کی ترے تو دیر نہ کریں ایام کہولت میں کہ بعد ۴ برس کے
 ہے غذا گرم تر تناول کریں مضد و جماع کمتر کریں مگر حمام بہت کریں ایام پیری میں جو قریب ۶۰
 برس یا ۷۰ کے ہے اور قوت ضعیف ہوتی ہے غذا خشک و گرم تناول کریں اور میوہ جات و
 معونات مقوی اور یا قوتی مفرحہ اکثر استعمال میں لاوین مضد و جماع ترک کریں اور آرام سے یا دلہی میں
 مصروف رہیں روغن گرم خوشبودار عیشیہ بدن میں ملیں... اگر آدمی صحیح البدن ریاضت و حرکت
 معتدل ہمیشہ کرتا رہے تو کبھی محتاج دوا کا نہ ہو اور ایک استفراغ فی ہے لیکن قے سے ہر انسان کو
 نفرت آتی ہے اسلئے کم معمول ہے ایک استفراغ خون کا لکنا خون کا مضد سے ہے یا کبھی
 سے یا چونکہ سے اور یہ استفراغ کلی اور بہتر ہے اور ہر چار غلط ہمراہ خون کے باہر آتے
 ہیں لیکن جب تک بڑی ضرورت اور غلبہ خون کا نہ ہو ہرگز مضد نہ کریں ۴ برس کی عمر سے پہلے اور ۶۰
 برس کے بعد مضد منع ہے اگر ضرورت غلبہ خون و قوت مزاج ایسی عمر میں ضرورت ہو تو حشمت
 دی ہے اور بہت موٹے اور بہت دبیلے اور سرد مزاج والے کو مضد کرنا نچا ہے اور ملک سرد و دبیلے
 اور حالت پھنسی میں اور جماع کے بعد مضد کرنا منع ہے اور عورت کو حالت حیض اور حمل میں مضد
 منع ہے اگر حمل میں بہت ضرورت ہو تو چوتھے یا ساتویں مہینے کے بعد مضد کریں اور بہتر وقت مضد
 کا واسطے حفظ صحت کے وہ ہے کہ کھانا ہضم ہو اور ہو معتدل ہو ایام حبشہ کے ہوں اندھیری
 رات ہو چاند برج بادی میں مریخ کو دیکھتا ہو اور لہڑا ط حکیم کہتا ہے کہ جب وقت چاند برج جوزا یا میزان یا
 مریخ کو دیکھتا ہو اور تاریخ ۱۴- روز شنبہ ہو مضد کریں تو ایک سال تک تندرستی مہنی رہے اور کوئی
 بیماری بدن میں نہ ہو اور جمعہ کے دن مضد منع ہے موسم گرمی ہو موسم سرما میں مضد نہ کریں مگر ضرورت بیماری
 اور مضد سے پچھلے غسل حمام نہ کریں اور ضربہ آدمی رگ کشادہ کہولیں اور موسم سرما میں بھی رگ کشادہ کہولیں
 اور سوداوی مزاج کی مضد کشادہ کہولیں اور دبیلے آدمی کی موسم گرمی میں رگ تنگ کہولیں اور اگر
 مضد کی ضرورت بحسب عارضہ کسی دیوانہ یا دہمی آدمی کی رات کے وقت ہو تو بھی رگ تنگ کہولیں
 ہے تاکہ ایک ہی بار خون بکثرت نہ آوے اور طبعیت وقت سے محفوظ رہے اور بعد مضد کے اوس
 پیٹ بھر کھانا دین بلکہ دو تین روز کے بعد لوہے پیٹ بہ کھانے کی پہونچا دین بعد مضد کے خواہ

کرنا اعضا شکنجی پیدا کرتا ہے چاہے کہ فصد سے دو پھر بھی خواب کریں اگر فصد سے وقت خواب
 کا نزدیک ہو تو بھی فصد اور خواب میں فاصلہ ایک پھر کا اقل درجہ ضرور ہے اور لیت کر فصد پر فصد
 کرنا بہتر ہے کہ غش نہیں آتا اور قوت قائم رہتی ہے بعد فصد کے اوپر پیس کے خواب کرنا دلوں کو تسکین
 دیتا ہے اور جس آدمی کے معدہ کا ذہن تیز ہو اور گلے میں تیز چیز کے جانے سے ایزایاوسے یا معیذ
 صفرا ہو دے یا صفراوی مزاج ہو دے یا ذہن میں تلخی رہتی ہو یا جی متلاتا ہو یا خالی شکم فصد
 نکلیں بلکہ اول چند لقمہ نان پاکیزہ کے آب انار ترش یا لیمون یا گلاب یا بید مشک میں تر کر کے تناول کریں
 بعد اس کے فصد کریں اور صفراوی مزاج کو اول سکنجبین کھلاویں اور آب گرم ملا کر اول فی کراویں بعد
 سے چند لقمہ ترشی اور گلاب یا بید مشک میں تر کر کے کھلاویں اور چند ساعت آرام لیکر پھر فصد
 کریں اور رگ فرخ نہ کہو لیں چوڑی رگ کہو لے سے بیوشی جلدی آتی ہے اور تنگ رگ کہو لے سے قوت
 قائم رہتی ہے لیکن تنگ رگ کہو لے میں مواد غلیظ نہیں نکلتا ہے اور جس شخص کو قوت غش کا فصد
 ہو لازم ہے کہ چند گونہ شربت انار و شربت سیب یا بہر یاقوت بید مشک یا گلاب یا تخم بالنگو یا تخم ریحان
 چمک کر پائیں اور لیت کر تنگ رگ کہو لیں اور اگر مادہ کا تیل سے اوپر یا اوپر سے تیلے آنا منظور ہو تو بہت
 ضرور ہے کہ رگ تنگ کہو لیں اور اگر فصد کرنے کے وقت ضعف معلوم ہو تو ذرہ تمیر کر پھر خون لیں دو
 تین بار میں جب قدر خون لینا منظور ہو لیں تو ضعف نہ آوے اور خلط ناقص اگر بہت ہو اور خون خالص بنیں
 کم ہو جب بھی تھوڑا تھوڑا چند بار میں نکالیں اور ادنی مدت اس خون لینے میں ایک گونہ خیال کریں
 اور اگر دو یا تین روز کا فاصلہ ہو تو بہت خوب ہے اور یاد رہے کہ بہت خون لینے سے جلد ضعف
 آتا ہے اگر فصد کے پیچھے مقام شتر درم کرے خیال کریں کہ اگر مادہ صالح بدن میں ہو تو دوسری طرف رگ
 کہو لیں اور فصد کریں اور اگر خون فاسد ہو اسی فصد اول کو پھر کہو لیں اور اگر اول سبب درم کے نہ
 کھل سکے تو اس کے پاس کی فصد کہو لیں اور دے آدمی کا ہاتھ فصد سے پہلے سخت نہ باندھے اور
 فریہ آدمی کا ہاتھ باندھنا مضائقہ نہیں ہے اور اگر مقدار خون یا رنگ خون میں اندازہ خون مقصود کا
 دریافت نہ ہو تو دوسرے ہاتھ کی نبض ملاحظہ کرتی رہیں اور جب وقت معلوم ہو فصد بند کریں اور بیوشی اکثر
 بعد بند کرنے فصد کے ہوتی ہے اور اگر بہت خون لیں تو عین فصد میں غش آتا ہے اور وہ لگیں جو
 واسطے حفظ صحت اور دفع جاری کے کہو لی جاتی ہیں ۶ ہاتھ میں اور ۴ پاؤں میں اور ۴ سر اور گردن

دہن میں مشہور ہیں اور دو رنگ شکم پر ایک جگہ پر اور دوسری ملی پر اور یہ رگین غیب جھندہ ہیں اور نام
 اول کا آؤز وہ ہے اور ایک مسموم جھندہ ہیں نام اول کا شریان ہے دو رنگ ہاتھ میں ایک کیفیت
 پر اور دوسرے پشت کف پر اور بعض رگ کان کے پاس اور بعض سر میں واقع ہیں بہتر یہ ہے کہ رگ
 سر کی تہیہ کر اور ہاتھ کی لیٹ کر اور پانوں کی کٹھے ہو کر کہو لیں اور پیٹ کی سیدھی کروٹ سے کہو لیں اور
 سے بھی خون نکالنا حکم فصد کار کہتا ہے اور سینگلی سے خون جلد اور گوشت کا نکلتا ہے اور دوسرے
 سے پہلے ساتھ سے کچھ سینگ لگانا منع ہے موسم گرما میں جاگڑی دن چڑھی جاڑے میں
 پھر دن چڑھے سینگلی لگانا واجب ہے متعدد سینگلی لگانے سے بواسیر دور ہوتی ہے اور درد بدن
 دور و فاصل کو بھی کہتا ہے اور چونک سے بھی خون نکالتی ہیں وہ ایک کپڑا اور اسے اکثر آدمی
 چونک لگاتے ہیں اور فائدہ اس کا مثل سینگلی کے ہے کہتے ہیں کہ عمل حکماء ہند کا ہر بعض اہل
 روم کا بتلاتے ہیں اور جو چونک اس کام کے واسطے مقرر ہے بہتر وہ ہے کہ سر اور سکا باریک اور دم ہا
 چوہے کے ہو اور پیٹ سرخ پیٹہ سبز و لکیر و پیشیہ پر موجود ہوں دریا تالاب شیریں اور عینقی سے
 آئی ہو اور سین میڈک نہرتے ہوں بعد نکالنے کے تالاب سے ایک دن اولٹا لٹکادیں کہ جو کچھ شکم میں
 باہر نکل آوے اور پیش از استعمال چونک قدرے خون او کو چھٹا نا چاہیے اور پہ پانی میں ڈال کر دیکھو کہ
 جسکی حرکت جلد ہو او سے لے پہر جس جگہ چونک لگانا منظور ہے اول وہاں نمک کر پانی سے ہٹیں
 اور خوب ملیں جب کہ وہ سرخ ہو جاوے تب چونک لگاویں جسوقت خون سے پر شکم ہو یاں سے جدا
 کریں پھر اس مقام پر سینگلی لگاویں کہ جو کچھ خون باقی رہا ہو نکل آوے اور خون بند نہو تو کپڑا جلا کر
 چھڑک دیں یا اوپلے کی را کہ چھڑکیں و کر سر کا جاشا چاہیے کہ سر بنایا گیا ہے سات ہڈی جو
 سے کہ ذیادہ دار میں چار ہڈی مانند چار دیوار کے قائم ہیں وہ مانند جہت کے ہیں ان کے ذیادہ است
 ملے ہیں ایک مثل فرش بھی ہوتی ہے جب ایسی شکل پیدا ہوئی ہے اور اس ہڈی کے دو سوراخ ہیں
 ایک ناک کی طرف آتا ہے اور اسی راستہ سے بلغم نکلتا ہے دوسرا گلے کی طرف ہے اور سر میں مغز خرم
 سفید رنگ تھوٹا کہ نوک او کی پیشانی کی طرف ہے اور ایک طرف پیچھے سر کے ہے اور او کو دماغ کہتے
 ہیں اور دماغ میں تین خاصے ہیں اول خانہ کشادہ ہے وہ سر کی طرف ہے اور او کو مقدم دماغ کہتے ہیں
 دوسرا خانہ اوس سے چھوٹا ہے او کو وسط دماغ کہتے ہیں تیسرا اوس سے چھوٹا ہے اور او کو مؤخر

کہتے ہیں اور دماغ کے اوپر ایک پردہ ہے باریک لپٹا ہوا اور اس پردہ کے ایک پردہ اور
 سخت اور دماغ کے پیچھے ایک دنبالہ ہے کہ گردن کے مہرؤں سے جو کہ پشت کے مہرؤں میں گیا ہے اور اس کو
 میں نخاع اور فارسی میں حرام مغز کہتے ہیں اور دماغ کے اندر پانچ قوتیں ہیں ایک قوت جس مشترک کام
 اوسکایہ ہے کہ جو چیز آنکھ سے نظر آتی ہے اوس جس مشترک میں نقش ہو جاتے ہے دوسری قوت خیال اوسکا
 کام یہ ہے کہ جو چیز جس مشترک میں منقوش ہوتی ہے وہاں سے خیال میں آتی ہے خیال خزانہ جس مشترک
 کا ہے اور خانہ اوسکا بطن دماغ ہے تیسرے قوت متفرقہ اوسکا کام یہ ہے کہ اندازہ چیز کا یا کم مقدار معین
 سے یا زیادہ مقدار معین سے اندازہ مقرر کرے اور خانہ اوسکا وسط دماغ ہے چوتھی قوت وہم کام اوسکایہ
 کہ دوستی اور دشمنی اور نفع و نقصان ہر بات کا دریافت کرتی ہے خانہ اوسکا ہی وسط دماغ ہے پانچویں قوت
 حافظہ وہ خزانہ ہنسہ کا ہے اور جو منصب کلام ہے طبیب کا مقام احتیاط کا ہے جس چیز میں ضرر و نقصان پڑے
 میں اوسے منع فرماتے ہیں اور کچھ یہ ضرور نہیں کہ بے احتیاطی ہر وقت کی ہر شخص کو ضرور نقصان پہونچا دے
 کسواسطے کہ اکثر اوقات بسبب قوت مزاج آدمی کے یا بسبب معاد کے بعضی چیز یا بے احتیاطی کسی چیز سے
 نقصان اور ضرر نہیں ہوتا ہے مگر یہ بات ہے کہ کوئی آدمی نازک مزاج یا غیر معاد کسی چیز موافق کو یا بے احتیاطی کو
 عمل میں لاوے تو البتہ ضرر و نقصان پیدا ہوے اسواسطے جو آدمی کہ بسبب کثرت بیماری یا ضعف پیری
 یا کسی اور وجہ سے ناتوان اور کم زور ہووین اونکو ایسی چیزیں ناموافق اوبے احتیاطی کی جلد نقصان اور ضرر پہونچتی
 ہیں اور جو آدمی قوت رکھتے ہیں ضرر نہیں پانچویں اور جو کہ ضعیف خلقت اور اصل ناتوان ہیں اونکو جلد ضرر پہونچتا
 اور عوام لوگ جاہل جو بسبب قوت مزاج کے خلل نہیں پانچویں حکیم کو جو بنظر احتیاط فرمائی ہیں پانچویں سمجھتے ہیں
 اور بے احتیاطی سے پرہیز نہیں کرتے ہیں اور آخر کار جس وقت اثر بے احتیاطی نتیجہ جہالت پیدا ہو کر ضعف
 ناتوانی میں مبتلا ہوئے ہیں جب اپنی نادانی پر اقرار کرتے ہیں پس صاحب حفظ صحت پر لازم ہے کہ جب کوئی
 عضو اعضاے بدن سے ضعیف ہو اوسکی رعایت کریں تا زیادہ نہوے پس سر کو کہ عضو رئیس اور محل روح
 نفسانی کا ہے طالب صحت کو لازم ہے کہ فضل خرفین اور ہواسے سرد میں نہن کرکین اور بخار و دہش میں سے
 بچائیں اور بوسے بھی بچائیں تازہ گل خوشبو سونگھتے رہیں کہ بوسے خوش سے بہتر اور بوسے بد سے بدتر
 کوئی شے واسطے دماغ کے نہیں ہے الا کثرت آب و شربت سے پرہیز کریں کہ اسنی امراض دماغی پیدا ہوتی ہیں
 کم پینے سے بڑی قوت پیدا ہوتی ہے اور بڑے فائدے ہوتے ہیں اگرچہ ابتدائیں اپنی کم پینے سے طبیعت

ہوتی ہے لیکن بہت ترگ کہتے ہیں اور موسم سرما میں وقت صبح کے قدرے تنہا کو اور زعفران
 اور مشک کا ناس لینا رطوبت و دماغ کو نکالتا ہے اور بینائی چشم کو بہت مفید ہے ترشی کھانے سے دماغ کو خلل
 ہوتا ہے اور گرم مزاج والے کو ہمیشہ لازم ہے کہ سر کو آگ اور دھوپ سے دور رکھیں اور بہت باریک خط
 میں نظر کریں اور کثرت فکر سے دماغ میں ضعف آتا ہے خصوصاً سرد مزاج والے کو فکر سے دماغ میں ضعف
 ہوتا ہے اور امراض سوداوی دور و سر پیدا ہوتا ہے پس چاہیے کہ اگر خشکی دماغ پر غالب ہو اور نیند کم آتی
 ہو آب نمک گرم سر پر ڈالیں اور روغن خوشبو مثل نغشبہ بادام یا روغن کدو و خنکاش و مانتا اسکے سر میں ملین
 اور خنکاش ملکر اوپر سیکر تمام بدن پر ملین تو فائدہ عظیم پائیں اور قدر حریرہ لعاب سبوس گندم و مغز خنکاش
 و مغز تخم کدو شیریں و مغز بادام شیریں پکا کر نوش کریں کہ تقویت دماغ کو لینے بے نظیر ہے اور خشکی دور
 کرتا ہے اگر گرمی دماغ سے دور و سر پیدا ہو عطر سرد کا بخانی تیار کریں اور صندل و گل نیلوفر و قدرے کافور
 کدو و گلابی کے پانی میں پیسکر سر میں ملین یا تخم کافور و تخم خیائیں اور دہنیہ کو مکوہ کے عرق میں پیسکر
 کپتھی پر لگا دیں اور حوض لبریز آب صاف یا آب جاری اور سبزہ طراوت بخش مد نظر رکھیں اور بہت
 جاگنے اور بہت سونے سے پرہیز کریں کہ دونوں کی زیادتی دماغ میں خلل پیدا کرتی ہے اور نظارہ فانی
 قمر طلعت و شامہ ریاحین و خوشبو سے سرد و فور دماغ میں پیدا ہوتا ہے و اگر چشم جلتا چاہیے کہ چشم
 اشرف ترین اعضا ہے بدن ہے اور ڈبلہ چشم کامر کب سے سات پردہ اوڑھیں رطوبت سے اور تدبیر
 حفظ صحت چشم کی یہ ہے کہ چشم کو غبار اور دھوئیں دھواے گرم و آتش و تاب آفتاب گرم سے دور رکھیں اور
 سفید و براق چہرہ پر نظر کریں اور وقت طلوع و غروب بطرف آفتاب نہ کیمن و خطباریک میں نظر کریں
 مگر گاہ بظاہر ریاضت و یکساں خطباریک کا مضائقہ نہیں اور بدون ضرورت عینک نہ لگائیں بلکہ اگر
 مدد بینائی کے کبھی کبھی خطباریک میں نظر رکھیں اور خطوط باریک لقا شنی و مصوری مبدعینک کیمن سبز و
 سیاہ رنگ میں نظر کرنے سے بینائی کو قوت ہوتی ہے سر پر لگانا انگنوں میں سونے و چاندی و پارہ کی
 سلاخی سے بینائی بہت بڑھتا ہے اگر میسر ہو تو سر پر بڑا سفید ہے مروارید یا سفید ایکاشہ مونگا ایکاشہ
 تو تیلے اصل صفحانی ایک تو لہ تینون کہ سنگ سماق پر بارہ پھر کھل کریں اور روز بلاناغہ چشم میں لگائیں
 و اگر صحت گوش تدبیر صحت یہ ہے کہ آواز سخت و ہولناک سے کان کو بچائیں اور گرد و غبار کان میں
 جلتے نہیں اور میل جمع نہونے دیں کبھی کبھی روغن گل نمک گرم کان میں ڈالیں اور کبھی کبھی کان کو گرم کرنا

پاس لادین کہ قدرے گرمی اندر جاوے اور سرخ وغیرہ دفع ہو اگر زمین میں قصد سونیکا کرین تو کان
 میں سونیکا کرین تاکہ کوئی کثیرا کان میں بنجانے پاوے اگر چلتی وغیرہ کان میں چلی جاوے تو روعن ہنگام
 کانین ڈالین کہ جلد بے نکل آوے تو کر صحت بینی و بلوی ناک ندیر حفظ صحت ناک کی یہ چیز ناک کو
 بدلو سے محفوظ رکھین اور بلوی خوش سے بدو دیوین سرد گرم ہوا سے پرہیز کرین میل و فصل و ماغ سے
 ناک کو پاک رکھین کہی کہی چھنیک بھی لیتے رہیں ناک کے بال ہاتھ سے نہ اٹھائیں کہ زخم پیدا ہو تا
 اور اگر قوت سوختنے کی باطل ہو جاوے اور بلوی نیک و بد کا امتیاز نہ رہے تو لمسی کی پتی سوختیں اور برک
 لمسی لعلق ناک میں ڈالین نو کر وایقہ یعنی مزہ ندیر حفظ صحت ذالقیہ ہے کہ جس چیز سے مزہ باطن ہو
 مثل پتی عناب و نظیر آن منہ میں نہ ڈالین اور ہمیشہ منہ کو پاک و صاف رکھیں جب خواب سے اوٹیں مسوا
 کرین کہنا ناک چھلکین تب خلل کرین منہ کو خوب دھو دین پانی الاچی کا استعمال کرین اور ہر روز برکت نبا
 و فلفل گرد و سپاری پسیکر و انتونین ملین پھر منہ کو صفا کر کے دھوئیں کہ دانت مضبوط و سفید ہیں اور منہ
 کا مزہ درست رہے و معلوم رہے کہ بقول اطباء یونان ہر انسان کے بدن میں چار خلط ہیں اول خون و
 مزاج خون کا گرم تر ہے دوم صفرا یعنی پت مزاج ہکا گرم خشک ہے سوم بلغم یعنی کف مزاج اسکا سرد
 چھارم سودا مزاج اسکا سرد تر ہے پس اگر منہ کا مزاج تلخ ہو غلبہ صفرا سمجھا جاوے اور منہ کا مزاج شیریں ہو
 تو غلبہ خون ہے اور مزہ ترش سے غلبہ سودا جانا چاہیے اور مزہ پسیکھا ہو تو دلیل غلبہ بلغم ہے پس حسب
 کوئی مزہ چاروں مزہ سے منہ میں پایا جاوے تب جس خلط کا غلبہ پاوین اوسکے علاج میں غفلت نہ کریں
 و کر دل و عضو شریف ہے اور سارا معاملہ دین اور دنیا کا دل سے تعلق کتنا ہے تدبیر حفظ صحت دل
 یہ ہے کہ جو چیز سودا پیدا کرتی ہے چاہیے کہ اوس سے پرہیز کرین اور شہمی اور جھگڑا و حسد و کینہ اور
 غصہ و بخل و کین نہ کریں اور محبت جمع کرنے مال دنیا کی اور اپنی تعریف اور غرور و مکر و فریب و عیب گوئی
 و چغلی و زوری اور سب بری باتیں دھین نہ لایں اور حسن خلق و مکارم اشفاق و تواضع و مدارات و دوستی و باسندگی و
 نرمی و ہمدلی اور ثروت و وسیر کی سے خوش ہونا علیٰ ہذا القیاس اچھی سب باتیں دھین کہیں جس کیسکو اللہ
 تعالیٰ نے روز ازل سے نیچت پیدا کیا اور نیک چلن و امور حسنہ اوسکو ویا نعمت عظمیٰ جانین اور اخلاق
 حسنہ کو کمال کرین اور سوچیں کہ دل اور ارادہ دل ہر انسان کا جدا جدا ہے جس طرح کہ صورتیں جدا
 ہیں اویسی طرح سیرت و عادت بھی جدا گانہ ہیں جنہا سچے مولوی جلال الدین رومی اپنی مثنوی میں فرماتے

ہیں بیت گر بصورت آدمی انسان بودے ۔۔۔ احمد و بوجھل ہم یکساں بودے ۔۔۔ اور دلیں غم کو ہرگز
 نہ کہیں کہ یہ بلاے عظیم کمال فتور پیدا کرتی ہے بیماری اور ضعف و ناتوانی بدل لاتی ہے اور یاد رہے
 کہ مفلسی و ناداری و نامرادی دل کو بہت شکستے دیتی ہے پس طالب حفظ صحت و لکھو لازم ہے کہ دل کو
 خوش اور راحت و آرام سے رکھتے محفل دوستان ہمد و میر شکار موسم بھار کو غنیمت سمجھ کر کھبت خوشی
 و لکھ لاتی ہے اور چاندی سوناز یورپہرین اونکی بانٹا صیت و لکھ خوش رکھتا ہے اور ثروت و نعمت
 بعد مفلسی و تنگدستی کے اور حصول اوج دولت بعد پستی و مذلت کے بشرط نجات کثرت فکرمات کے
 بہت خوشی اور فرہمی لاتی ہیں جس مکان کے تلے آب روان اور سبزہ زار خاطر پسند و گلزار نگارنگ
 شگفتہ و میدان وسیع ہو وہ باعث شگفتگی کمال دل کی ہوتی ہیں اور لباس پاکیزہ پہنا و استعمال عطریات
 و لکھ نہایت فرحت لاتا ہے اور معلوم رہے کہ تاریکی سے و لکھ خوشی آتی ہے اور چاندنی منہج القلوب ہے
 و صحبت محبوب خوب و معشوق عذبین موسر اپنا و آواز خوش پری پیکران و صدائے خوش ساز و لکھ
 لباس فاخرہ معطر و ہوا سے خوشتر برب آب و نور چاندنی بالا خانہ و منزلہ و سخن سرائح و جمیعت خاطر
 فرحت تازہ لاتی ہے اور اس سے بہتر کوئی اسباب چشم خاطر دل کا خوشی دینے والا نہیں مگر جس سیکو
 اللہ تعالیٰ نے اپنی محبت کا لباس پہنایا اور توفیق خیر کو رفیق اوس کا کیا اور جمیعت خاطر ہم ہو بچے اور دل
 اوس کا یاد آئی میں ساکن ہو اور بجز ذکر پروردگار عالم کلمہ و دیگر اوسکے در و زبان نہو ایسے شخص کو سرور و
 حاصل ہے اوسکے و لکھ قوت اس حد کو پہنچتی ہے کہ اگر اپنی لغزش سے تمام زمین کو ہلا دے تو دل
 اوس کا برقرار رہے سر موہی اپنی جگہ سے نہ ملے بلکہ تمام اہل عالم کا دل اوسکے تصرف میں رہے احمد
 و المننت کہ وہ بڑا فضل کرنے والا اور بڑا عظمت والا ہے ذکر معده معده ایک عضو ہے بشکل تیل
 مثل کدو کے فرائز کے ایک منہ اوس کا خلق کی طرف ہے اوسے فم معده کہتے ہیں دوسرا منہ اوس کا ناف کی
 طرف ہے اوسے قعر معده کہتے ہیں پس اول جو چیز ازراہ دہن شکم میں جاتی ہے اول معدین ہوتی
 ہے پس صحت معده پر موقوف ہے صحت تمام بدن کی اسلئے لازم ہے کہ غذا سے زیادہ قوت ہضم سے
 نہ کہا دین اور ہمیشہ ریاضت معده سے انداز ہضم کی کر و زمین ایک جگہ ٹہینا ہضم کو باطل کرتا ہے اور سب
 اعضا کو سست کرتا ہے بغیر ہوا کہ کامل کے کہنا نا کھا دین اور علوت و دوا و جلاب پاکسی او ووا کی دلیں
 ہمیشہ ایک غذا کھاؤ کی خونہ دلیں اور بہت طعام رنگارنگ ہی جمع نہ کریں اور غذا و متاع کو ایک دفعہ نہ کریں

کسی چیز کی عادت ہو اور اس کا ترک کرنا منظور ہو تو آبستکی ترک کرین علیٰ ہذا القیاس پانی بدون ششنگہ کامل نہ پیوین کم پانی پینا واسطے صحت و قوت معدہ و دماغ کے فائدہ تمام مکتا ہے مگر حیویت کہ معدہ کسی آدمی کا بہت گرم ہو بھت پانی پینا مضائقہ نہیں رہتا اگر گرم پانی پینا معدہ کی کسست کرتا ہے اور آب سرد معدے کو قوت دیتا ہے مگر بافراط نہ ہو اور درمیان طعام و بعد طعام تا چار گھنٹہ پانی پینا معدہ کو ضعیف کرتا ہے لیکن بشرط عادت یا یہ کہ غذا سے خشک کہائی ہو درمیان غذا یا پانی پینا منع نہیں ہے مگر حتی الامکان نہ پینا چاہیے کہ نہ پینا معدے کو بہت فائدہ دیتا ہے اور بدھضی معدے کو کمال نقصان پہونچاتی ہے وانا وہی ہے جو بدھضی سے پرہیز کرے تاکہ کسی کسی مرض میں مبتلا نہ ہو کیونکہ صحت معدہ صحت تمام بدن ہے ذکر حفظ صحت گلو و سینہ وغیرہ جانتا چاہیے کہ گلو سے ملا ہوا ایک عضو ہے کہ اس کو پیپڑا کہتے ہیں اللہ تعالیٰ نے اسے دل کا پنگما بنایا ہے باہر سے سانس کے راستہ ہوا سے سرد و لکو پہونچاتا ہے اور اندر گرم ہوا سانس کے ساتھ باہر نکلتے ہے اور آواز و گفتگو ہر آدمی کی گلے اور سینے سے علاقہ رکھتی ہے سرد و خلیط چھین اور دھوان و بخار و گرد و غبار گلے کو ضرر دیتا ہے اور گرم چیز سے آواز صفا و خوش ہوتی ہے اور قوت و دھننی و تن اور مصری پینے سے آواز صاف ہوتی ہے اور سینہ پاک رہتا ہے اور پان چہانا کلیجہ کہانا بہت فائدہ دیتا ہے چاہیے کہ ہمیشہ برگ پان و تمباکو و پیاری و مریج سیاہ پیسکر کہانے میں کہ سینے سے بلغم دور ہوتا ہے اور آواز کو تلے اوتار تا چڑھاتا ہے جیسے گانے میں تعلیم کرتے ہیں اور یہ ریاضت سینہ اور حلق کی ہے علاو اسکے آواز بھت صاف ہوتی ہے اور ترشی و بادی جس سے بلغم پیدا ہو حلق کو بہت مضرت کہانہ نزلہ پیدا کرتی ہے اور ہوا سے دھوند و غبار آلودہ و دھول گلے کو بہت ضرر دیتا ہے دم کا آواز پیدا ہوتا غبار چکی کا سینے کو بہت نقصان دیتا ہے منقی کو کہانے سے سینہ اور گلا صاف ہوتا ہے چکنائی پر پانی پینے سے کہانسی پیدا ہوتی ہے اور آواز خراب ہوتی ہے اور بہت چلانی سے آواز بیٹھ جاتی ہے ذکر جب کہ ایک عضو ہے بائیں طرف اور خلاصہ منضم اول کا جو معدے میں ہوتا ہے رگوں کی راہ جگر میں جاتا ہے اس کے حفظ صحت کی تدبیر یہ ہے کہ کہانا کم کھاوین اور پانی تمور پیوین تاکہ معدہ ہلکا رہے اور جگر تک بھت بار نہ پڑے جو معدہ ضعیف ہوتا ہے تو جگر بھی ضعیف ہوتا ہے پس اگر معدہ سبب کثرت طعام کے ضعیف ہو اور خلاصہ ناقص جگر میں آوے تو ورم پیدا ہوتا ہے تمام بدن میں اور جلد ہر کی بیماری پیدا

ہوتی ہے عادت آب کی بعد یا صحت و بعد جماع و بعد غصہ و بعد خواب ضعف لاتی ہے اور ترشی جگر کو اور شکر
 سر و مزاج کو بہت رکنتی ہے پانی کم پینا جگر و معدے و دماغ کو بہت مفید ہے جس آدمی کے جس
 میں ضعف ہو اسکو استعمال غذا سے مابھی تازہ اور پلیر کمندہ و غذا کے ثقیل سے پرہیز کرنا چاہئے اور
 سنگین سرد و عرق بید شک و شیرہ تخم خیارین و عرق مکوہ یا شیرہ کاسنی مصری کے ساتھ جگر کو
 بہت تقویت دیتا ہے و ذکر تلتی وہ ایک عضو ہے سیاہ رنگ اس میں خلط سودا جمع رہتا ہے مرنی بدن
 یعنی طبیعت قدرے سودا معدے میں ڈالتی ہے اور ہو کہ پیدا ہوتی ہے اور یہ قدرت خدا کی ہے کہ
 جب تک تلی چوٹی اور دلی بڑھتی ہے بدن آدمی کا فربہ اور تازہ رہتا ہے اور جب تلی بڑھی اور فربہ پہنچتی
 ہے بدن آدمی کا دہلا اور لاغر ہوتا ہے تدبیر حفظ صحت تلی یہ ہے کہ غذا سے غلیظ سودا کی پیدا کر والی
 سے شل نان میدہ و مسور و نیکن و غیرہ سے پرہیز کریں اور بہت بلیٹ بہر کر نہ کماوین البخیر کما نا خاصہ کہ
 میں تکی ہوئی کاتلی کو بہت مفید ہے اور میوز منقہ کاتلی پر لپ کرنا مفید ہے و کر و وہ یعنی نہت معلوم
 ہو کہ روہ شکم آدمی چچ و چچ بین ایک منہ روہ شکم کا اور کو طوف معدے کے ہو اور بعد ہضم اول کو فضیلت
 روہ شکم میں جاتا ہے اور وہ سرانہ اسکا طوف مقعد کے ہے کہ اس طرف سے براز کو خارج کرتا ہے
 تدبیر حفظ صحت روہ یہ ہے کہ ایسی غذا کماوین کہ جس سے ہضم کامل ہو اگر ہضم ناقص کے بسبب فضیلت
 روہ کے میں جاوے تو پیٹ میں جلن پیدا ہوتی ہے اور دست جاری ہوتے ہیں پس لازم ہے
 کہ غذا سے نرم و لطیف اختیار کریں اور ثقیل و خشک و غلیظ غذا سے سے پرہیز کریں اور غذا کا قابض
 ابھی نکماوین کہ قبض روہ شکم کو بہت ضروریتا ہے اور نان گندم پاکیزہ اور ترکاری سیرج لہضم اختیار
 کریں شل کدو و بالک و میوہ تر شل انگور شیرین و انجیر و بادام شیرین تناول کریں اور شیرینی معتدل
 قوام نوش فرمائیں اور جب کروٹ لیں پیٹ کی طرف سے یں و ذکر صحت گروہ شخص کے دو گروہ
 ہیں ایک داہنی طرف ایک بائیں طرف تدبیر حفظ صحت اسکی یہ ہے کہ ریاضت معتدل کر دین
 جنگا گروہ قوی ہوتا ہے اوکو قوت شہوت بہت ہوتی ہے اور بہت قوت و حرارت کر دیکی کم ہوتی ہے
 او سقدر غنبت جماع بھی کم ہوتی ہے مغز بادام و پلغوزہ و پستہ مصری کمانے سے گریہیں گریہیں
 ہوتی ہے اور اس سے شہوت جماع حاصل ہوتی ہے اور انہ بخیر شیرین کما نا بہت قوت گردیکو دیتا ہے
 و ذکر مشانہ مشانہ ایک عضو ہے گردن دراز و بھوشیشہ فضلہ جگر کا اول گرد میں جاتا ہے و صان

۳۳
 مشائے میں آتا ہے اور پیشاب کے راہ پر نکلتا ہے تدبیر حفظ صحت متانے کی یہ ہے کہ بروقت تعاضد بول
 بول کو بند نہ کریں اور وقت جماع اگر حاجت بول ہو تو بعد فراغ بول کے مشغول جماع ہوں اور بعد جماع کے
 فی الحال تعاضد بول کی کرنا سرعت انزال پیدا ہوتا ہے خواص مشائے کا یہ ہے کہ اگر پانی میں پیشاب کرتے
 ہیں تو بیماری سلسل بول پیدا ہوتی ہے اور خاکستر میں پیشاب کریں تو سلسل بول بند ہوتا ہے ذکر خصیہ کا
 ہر انسان کے دو خصیہ ہیں اور جب خون مینی خصیہ میں آتا ہے سفید ہو جاتا ہے سطح پستان عورت میں خون
 سفید ہو کر دودھ ہو جاتا ہے اور تدبیر حفظ صحت اسکی یہ ہے کہ خصیہ کو نکلتا پھوڑیں اور ایک لنگوٹا مثل آزاد
 ہمیشہ باندھے ہیں خصوصاً وقت ریاضت اور حبس وقت مینی حرکت میں آوے او سے بند نہ رکھیں اور
 خیال جماع باز میں مگر جب کہ جماع کریں شدت اساک اور اسکی مداومت سے پرہیز کریں
 اور زور آوری زیادہ از حد نہ کریں اور بوجہ بہاری زیادہ اندازہ سے نہ اٹھائیں ذکر قضیب
 وہ ایک عضو ہے عصبانی اور اس کے اندر تین سوراخ ہیں ایک سے بول نفع ہوتا ہے ایک سے
 مینی خصیہ سے قضیب میں آتی ہے ایک سے ریح و خون و روح قضیب میں آتی ہے اور گین پڑ
 ہوتی ہیں اور قضیب دراز ہوتا ہے طول اصلی قضیب کا آٹھ انگلی اور نہایت بارہ انگلی ہو چہ انگلی سو کم قشر
 ہوتا ہے رحم عورت تک نہیں پہنچتا اور عورت اس کے جماع سے حمل قبول نہیں کرتی اس لیے علاج درازی قضیب
 کا ضرور ہے اور عرض اصلی قضیب کا دو انگشت ہو اور یاد رکھنا چاہیے کہ درازی قضیب تیس برس کی عمر تک ہوتی
 ہے بعد تیس سال کے کم ہوتی ہے اور اسطری اور گندگی ہر سال میں مسیر ہوتی ہے اب کئی نسخہ واسطے درازی
 اور گندگی قضیب کے فلمبند کئے جاتے ہیں نسخہ درازی و فیر بھی قضیب ذکر خیر جوان کو بارہ بارہ کرے
 اور طرف چینی کالک میں کہیں اور آدھ آٹھ شیر گاؤ ڈالیں چند روز رہنے دیں جب سر جاوے اور اس میں کرم
 پڑ جائیں تب اسکی کرم چن لیں اور اس کے سموزن خرا لیں یعنی کچھ برساتی ملا کر روغن تل میں جوش کریں
 جب پانی جل جاوے اور تیل باقی رہے پس چارم حصہ اس تیل کا روغن بہلا دہ ملا دیں اور اول قضیب
 کو کسی سخت چیز سے ملیں جبکہ سرخ ہو جاوے پھر اوپر یہ روغن چند مرتبہ ملیں تو درازی اور فیر بھی
 قضیب کو حاصل ہوگی اور یاد رہے کہ جوان آدمی کو جو بواہوس اور حریص ہوتے ہیں کثیر سبب ہے قضیب کی
 مرض آشک ہو جاتا ہے جو کہ مناسب ہر مقام کے ہو سکتا ہے قاعدہ کلی یہ ہے کہ جو مرض سوزاک کی بنا
 پر اندرونی اور زخم نھانی پر ہے اور جاصل محل قرص کا قضیب کے اندر ہے پس اگر قرص کے نزدیک سے

دو انگے تو زخم کو جلد بھرتی ہے اس واسطے ایک نسخہ پچکاری کا جو سوزاک کے واسطے نہایت مفید
 لکھا جاتا ہے نسخہ سوزاک ہر سیرا آٹھ نین میں ماشہ کشنیز خشک مقول کہتہ سفید گل ملتان کی گہر و تر
 ماشہ دم الاغین دو ماشہ نیکہ تھوہہ بریان ایک ماشہ سواسے نیکہ تھوہہ کے سب ادویہ کو وقت شب پانی میں
 کر کے کشنم میں رکے وقت صبح ملکر صاف کریں پھر نیکہ تھوہہ خوب باریک پسیر پانی میں ملاویں اور
 چار پنج دسے جو وقت کہ بول سے فارغ ہوں اس پانی سے پچکاری لین اور اس ایم پچکاری
 یہ غذا کماویں نسخہ غذا پوست و رخت گولر ایک سیر پانی میں ترکیں کہ دو انگل پانی اوپر جو جوش دین
 نرم نرم آگ جلاویں جو وقت اثر دوا کا پانی میں دریافت ہو پاؤ سیر چاول ساٹھی اوس میں ڈال کر پکاوین جب
 پکجاویں دس وقت اول چاول کو میٹھے دہی کے ساتھ تناول کریں مکا و شیرینی سے پرہیز کریں ایک
 یہ عمل کریں نیا اور پرانا سوزاک دور ہو دے اور کوشہ قلعی ساتھ اس طریق کے کہ بیان ہوتا ہے واسطے
 دور کرے سوزاک کے بہت خوب ہے صفت اوکی یہ ہے رنگ خالص پاؤ سیر لیکر اول نیچ پانی میں
 کے گلا کر سرد کریں چالیس بار پھر چالیس بار نیچ کر س کاہ تازہ کے سرد کریں آوارنگ بلکہ آدے سے کہ
 ہینگا پھر پھر کر کے ایک ناٹ کے نیلے میں آدہ سیر ہنگ وراونکے چھین پتر رنگ کر لکھ کر منہ تھیلی کا
 بند کریں اور ایک گدھا گز بہر چوڑا گز بہر گدھا گز اور اسکے ایک من لکڑی خشک ملی کو بکراگ لکھوین
 چار دن کے بعد جب وہ آگ سرد ہو جائے آہستہ آہستہ آگ خاکستر کو دور کریں اور قلعی رنگ جو سفید ہوئی
 ہو دے نکال کر کہ چھوڑیں پس مقدار ایک تی یا دو چار تی موافق مزاج اور مقتضائے وقت مرض استعمال کریں
 ایک تی ستیل چینی اوس انگ میں ملا کر کھاتے ہیں کس دن میں سوزاک ہر تم کا دفع ہو ترشی و نمک و شیرینی
 بہت سے پرہیز کریں کہ بنیاد سوزاک بالکل دور ہو مرض آتشک کہ اکثر جوان آدمی کو پیدا ہوتا ہے علاج
 اور کاز ویک حکماے چوب چینی اور خشک بہت بہتر چیز ہے طریق استعمال الکا کتب حکمت میں مفصل مندرج
 ہیں لیکن نسخہ بندی سہل و نافع کہ پھر بھی نہیں کہتا اور غذا سے دال ماشہ غیر نقشہ اور اجارہ کا لازم
 جو اجارہ کہ غن ملخ میں بنتا ہے حسب ردل چاہے کماویں نسخہ آتشک اجوائن خراسانی سوا سیہ
 لونگ باوری کہتہ سفید عین میں ماشہ بھلاوہ بریان روغن کنجد میں ہمزول اجوائن کے اور گرہ بران
 سلا چار سالہ میں پیسہ بہر لیکر ہیلے اجوائن اوسقند کو میں کہ خوب باریک ہو جاوے پھر لونگ جلاوے
 کہتہ ملاویں اور بھلاوہ بریان کو علییہ کوٹ کر کہ ایک ذرہ ثابت تر ہے سب ادویہ سے ملا لین اور تھوہہ

تنور اگر ملائے جائیں جب قدر زیادہ کوئین بہت فائدہ دیوے پس گولی جہر پیری کے برابر باندھے اور اس قدر
 آتشک کوئین ن یہ گولی جمال گوئے کی کھلاوین جمال گوئے کا مغز نکالیں اور ایک سفید پارچہ میں باندھ کر اول
 گائے کے گور میں جوشن میں جب خوب پچا دے تب نکال کر جمال گوئے کے پارچہ کو خوب صاف
 و ہودین اور گائے کے دو دھین جوشن میں اور مغز مذکور کو ایک حصہ اور آملہ خشک چار حصہ لیکر خوب باریک
 کوت کر گولی بقدر بخود باندھے تین چار گولی موافق مزاج و سن میں صبح کے رات کے وقت ہمراہ گرم پانی کھاؤ
 دست آویں گے جب بدن خوب صاف ہو جاوے تب گولی مذکورہ سابق ایک وقت صبح حلق میں دہر کے مٹھا
 گائیہ کپا لیکر حلق سے اوتار جاوے تب گولی مذکورہ سابق ایک وقت صبح حلق میں دہر کے مٹھا اور
 روغن جب قدر چاہیں کھائیں اور درمیان استعمال دوا کے ہر روز پانچ چھ مرتبہ اوس پانی سے کہ جسمین
 پوست کچھار اور برگ جامن جوشن میں ہون کلی کرتے ہیں انشاء اللہ تعالیٰ ہفتہ میں آرام ہو جاوے
 ساتھ صحت کلی کے ذکر قوت باہ و شہوت واضح ہو کہ امرباہ کا عجبال ہے ہر آدمی کو خاطر خواہ میسر
 نہیں ہے آدمی جتنا قوی اور دو لہند ہو تہی ہی حصر شہوت و خواہش مباشرت بکثرت رکھتا ہو
 اور جو آدمی کہ ضعیف تر و مفلس تر ہے اوسکی حالت جماع بھی ظاہر ہے اسلئے تدبیر دوا و غذا اس امر کی لکھنا
 مناسب تصور ہو معلوم ہو کہ علاج سبب نفع کرنے بیماری کلبہ اور وہ موقوف ہے اور پر تشخیص کے اور
 دریافت سبب و سن بیماری کے ہوا سطرے اول سبب ضعف باہ کا لکھا جاتا ہے جیسا سبب دریافت ہو
 ویسا علاج کریں تو جلد تر فائدہ دے جائنا چاہیے کہ ضعف اگر سبب طول عمر و نہایت پیری کے ہو تو
 اوسکا علاج نہیں ہے اور اگر ضعف سبب مرض یا توانی بدن کے ہو تو علاج اوسکا وہی وضع کرنا سبب کا
 یعنی سبب کم کھانے و روزہ رکھنے کے ضعف پیدا ہوا تو غذائے لطیف و لذیذ کھائیں اور آرام و آسائش
 اختیار کریں جسے فائدہ پاوین اور یاد رہے کہ بڑا قوی سبب ضعف باہ کا غم و الم و فکر ہے کہ باوجود موجود
 ہونے انواع اقسام نعمتوں کے اور رنگ برنگ کی غذا کے باوجود انہیں ہودے پس بے فکری و اعلان
 کامل ہے اور یہی ضعف باہ سبب بد صورتی عورت کے ہوتا ہے اور یہی سبب قہقہہ کے ہوتا ہے اور کوئی سبب
 مانع باہ ہونے میں پس علاج اوسبب کا مرکب لازم ہوتا ہے اور کوئی ضعف سبب خشکی کے ہوتا ہے
 پس علاج خشکی کا ساتھ غذائے تر کے اور علاج تری کا ساتھ غذائے خشک کے ایسے ہی گرم کا علاج سارے
 سرد کے اور سرد کا ساتھ گرم کے لازم ہے مقدمہ باہ میں غلہ کا تر دوا ہے تھہرے اور غذا سے سرد و تازہ

مثل حلاوت و لذات نہایت مفید یا سبب ضعف کالمی باد ہو جو قصب کی رگون کو نہرے اور کائناتان یہ ہے
 کہ وقت ہضم غذا کے استداد کی قصب حاصل ہو علاج اور کائناتان غذا سے با و گنیز مثل ماشن نخود و اروی و
 دودہ مقرر باد ام بہت مفید ہے یا ضعف بسبب بند ہونے خلا سرور کے رگ و پے قصب میں ہوتا ہے
 نشان اور کایہ ہے کہ جس وقت سرد پانی سے استنجا کریں قصب پیر و کی طرف گھس جاوے اور چوہا ہو جو سبب
 ضعف باہ ترک کرنا جماع کا مدت و راس سے ہو پس ترک عادت کے سبب طبیعت متوجہ او طرف نہیں ہو اور اسی
 سبب الجزہ طرف قصب نہیں آتے اور قصب کو استداد کی نہیں ہوتی جیسے کوئی عورت دودہ بلا ناز کرے
 اور اور کادودہ خشک ہو جاوے یہ بیماری مجر و آدمی کو اکثر ہوتی ہے اس طرح جو حلق کرتا ہے اور سکے قصب کو
 کچی دلاغی پیدا ہوتی ہے پس اس حالت کا علاج تو ماشن تیل ہے مثل و عن خرطین و روعن جگہ و روعن
 نیولہ و جربی شیر و جربی ساندہ کی ہے یا پٹی کہ چیر دو الگا کر باندھتے ہیں یا سیک واسطے دفعہ اس بیماری
 کے بہت مفید ہے اور ترک جماع کی حالت میں کٹنا حکایات جماع اور دیکھنا تصویرات جماع اور چھین
 شعر و سخن اسی مضمون کا اور نظر کرنا بیچ تہیگاہ حیوانات کے خصوصاً بھتی خرد سب کو دیکھنا اور بہت خند
 و ساس با عورات و تماشائے آب روان و حرکات نازنینان زہرہ جینیان بہترین تدبیر ہے اور کبھی سبب کٹ
 شرم و حیا کے ضعف باہ ہو جاتا ہے اور کبھی سبب عیب و شمت اوس عورت کے کہ جس سے جماع کریں ضعف باہ
 پیدا ہوتا ہے اس خیال سے دیکھنا چاہیے کہ اس سے عمدہ برائی ہو یا نہ ہو یا یہ کہ اسنے کتب مجہر کر دیا ہو
 یا شہوت بند کر دے ہو اور اکثر یہ حالت کسبیل کی طرف سے ہو جاتی ہے کہ نچو آدمی کی شہوت کو بند کر دیتی ہے
 پس جبکہ ان سبب سے غنیت جماع نہ ہو تو علاج اس کا دفع سبب ہے جس طرح سے ہو سکے سبب کو دفع کریں اور جو
 ضعف کا اور اس کے سبب کا تہا وہ تحریر ہو چکا ہے اب بعض چیزیں مخصوص جماع کی اور چند نسخہ تجرب قوت باہ کے
 تحریر کئے جاتے ہیں جو نسخہ حکمت یونان کے امر باہ میں کیاب بلکہ نایاب ہیں اسیلے چند نسخہ ہندی سہلین کے
 جاتے ہیں یا یہ ہے کہ جب انسان قصب جماع کا کرتا ہے طبیعت اوسکی حکم خالق خلقت میں چیز یعنی روح و خون و ہوا کو بیچ
 رگون قصب کے اور اطراف اوس کے پہونچاتی ہے اور وہ خون چیز قصب میں پر ہوتی ہیں تب حالت استداد کی
 و درازی سختی ظاہر ہوتی ہے اسلئے وہ دوا و دودہ غذا کے واسطے قوت باہ کے مقرر ہے اوسکو عمل میں لایں کہ
 جسکی تلیف سے انسان کے بدن میں خون اور ریح اور ہوا پیدا ہوں حکما سی یونان نے واسطے باہ کے کب
 دوا تجویز کی ہے نام اور کاسقنقور ہے وہ ایک جالور ہے دریائی از قسم مہی پیدا ہوتا ہے دریا میں اور دودہ

متصل موضع تول علاقہ ملک شفق ولایت شام کے ہے اور جانور ایک دوسرے پر ہر وقت سوار ہوتا ہے اور دو طرف اوس جانور کے منہ میں کف جاری رہتا ہے اگر وہ کف ایک رتی پائیں دیر کے کھا دے تو نامر آدمی مرد ہو جاوے اور قوت و شہوت اصلی حالت پر آجاوے اوس جانور کا گوشت بھی بہت قوت بہا کرتا ہے بعضے کہتے ہیں کہ وہ جانور اور ہے اور یہ بھی کہتے ہیں کہ مستفقر دریائی جانور ہے اور نے الحقیقت بچہ مگر ہے کہ بعد پیدا ہونے کے دریا سے جنگل کو چلا جاتا ہے وہ ابلق رنگ ہوتا ہے اور سپرد غ سیاہ زرد ہوتے ہیں اور سکے زر کے و قصب اور مادہ کے دفرج ہوتی ہیں موسم بہار میں اوپر دریا میں ل کے شکار کرتے ہیں اور شکار اوس کا صاف کر کے شک لگا کر خشک کر کے کہتے ہیں اور دریا میں بھی ہاتھ لگتا ہے اور کہتے ہیں کہ قوی تر دو امراہ میں ہر دو سکا ہو اگر بقدر دودم تنہا سمجھ کہ کسی معجون کے استعمال کریں تو اس قوت و شہوت پیدا ہوتی ہے کہ جب تک علاج دفع شہوت نہ ہو شہوت کم نہ ہو کا فوراً اور کا ہو کما شہوت کو کم کرتا ہے و کہتے ہیں کہ جودل ہدیکہ یا مقترچہ یا کما منفرغ کا باہم ملا کر کھاوین تو ایسی شہوت پیدا کرتا ہے کہ اوس کا بیان نہیں ہو سکتا حکیم کہتے ہیں کہ حبوت مریخ ستارہ شرف میں ہو اوس وقت اگر بونگہ پر بندر کی صوت بناوین سطوریکہ آتے اوسکی استادہ بنایا جاوے اور وہ بندر آلت اپنی بائیں ہاتھ سے تھامے ہو اس تصویر کو جو آدمی اپنے پاس رکے عجائبات تماشا کرے اور دوا مرکہ بہ مشہور اہل یونان کی معجون بسبب کبیر ہے امراہ میں بے نظیر ہے اور معلوم ہے کہ امراہ میں تدبیر غذا کی دوا سے مفید تر ہے اور نسخہ کہ قوت باہ میں عجائبات سے یہاں تک کہ نامرد بھی مرد ہوتا ہے اور امساک اس قدر لاتا ہے کہ عورت تاب نہیں لاتی ہے اور سرد مزاج آدمی اور امراض سرد کو حکم اکثر کرتی ہے نسخہ خراطین تر خوب و ہو کر اندر سے پاک کرے و تولہ اور پارہفت ماشہ اور بیڑی ستائے عدد دے تینون دوا کو چار پہر خوب کھل کرے پہر گولی باندھ کے کہ چھوٹے اور ایام چلہ جلد میں دوتیر نہ کو وقت شام یا ایک پہر دن باقی رہے پہر ایک گولی کھلاوے اور انکو بند کے صبح کونج کر کے مصالح دار گوشت تیر کا لپکا کر نان گندم کے ساتھ کھائیں اور جب شہوت غلبہ کرے اوس وقت جماع کرے و نیز کرے اور اگر گرمی بہت دریافت ہو تو دوا آدمی ایک تیر کو کھائیں اور سطور سات گولی سات دن متواتر تناول کریں یعنی گوشت تیر علی الصبح نان گندم سو کھائیں اور قدرت الہی مشاہدہ کریں نسخہ دیگر پارہ دس ماشہ ورق لقرہ گیارہ ماشہ ہر دو اور عرق بہگہ سیاہ ڈیڑھ پہر کھل کرے پہر آٹے میں ملا کر گولی باندھے اور ایک تیر کو ایک دن رات بہر ہو کھائیں اور وقت شام کے ایک گولی تیر کو کھلاوین اور رات بہر بندر کہ صبح کونج کر کے کھائیں

اور پوست سمیت باصلاح پکا کر کھا دیں اور روغن بن بلیں اور نان گندم پاکیزہ کے ساتھ کھا دیں اس سے
 قوت باہ پیدا ہوتی ہے کہ تازہ نگہی باقی رہتی ہے نسخہ تیسرا ایک بکری سیاہ رنگ دودھ دیتی ہوئی کو
 لیں اور ایک رتنی ہڑال آئے میں ملا کر کھلا دیں سطح ہڑال ایک رتنی ہر روز زیادہ کرتے جائیں اور ایک
 تولیہ تک پہنچائیں دودھ اسکا ہر روز دودھ کر پیتے رہیں اس دودھ کے پینے سے ایسی قوت ہوتی ہے
 کہ حساب سے باہر نسخہ چوتھا طلا تخم و متورہ سیاہ جذبید ستر اصل ولایتی تر تریلہ مضم اول دوا چوتھی
 اقتر با کجراتی مشک خالص مومیای کامل اصل پانچیں پسیر اور روغن چنبیلی ملا کر قصبہ پر لیں اور گنہ
 ران وزیر ناف لیب کریں آب سرد بدن پر نہ لگا دیں ایک ہفتہ یہ عمل کریں قوت عجیب حاصل ہو نسخہ سیک
 کہ سستی قصبہ کو دھو کرے اور حلق زدہ کے آلت کی کمی بیشی کو ہموار کرے براؤہ دندان نیل دوا ششم مال
 دوا ششم آئینہ بلدی دوا ششم نو کو ایکجا کر کے ایک بوتلی میں باندھیں اور آوہ سیر دودھ ہیر کا خوش کریں اور آوہ
 دودھ پر پرورش کہیں ہر میان ہر پرورش کے سوخ کریں اور منہ سوخ پٹلی دوا کر کہیں جب وہ بوتلی بٹا
 دودھ سے گرم ہو جاوے اس گرم بوتلی سے قصبہ کو سیکیں اور ران اور پیر کو سیکیں جب وہ بوتلی
 سرد ہو جاوے تب دوسری بوتلی سے سیکیں اب سطح سکتے رہیں ایک گنہ کامل ایک ہفتہ تک عمل کریں
 جلق زدہ کو بخت مفید ہے اور براؤہ و خیرہ دوا ایک تولیہ شراب میں تر کریں اور ہر روز شراب تازہ لیا کریں
 اور براؤہ وغیرہ وہی کہیں نسخہ چھٹی کہ آدمی ہر چند سست اور نامرد ہو زمین روز میں مرد کامل ہو جاوے چارچ
 سفید گاڑہ ایک گز اور بلدی آوہ پاؤ کو باریک پیسکر پارچہ کو کو مرتبہ تر کریں اور ہر مرتبہ سایہ میں خشک کرے
 میں کہ تمام بلدی اوس میں جذب ہو جاوے بعد ازاں سات مرتبہ اک کو دودھ میں تر کریں ہر سات مرتبہ ہونہ
 کے دودھ میں تر کریں سات بار سہبر کے دودھ میں اور ہر دفعہ سایہ میں خشک کریں پھر اوس پارچہ کو روغن زیتون
 بریان کریں سطح کہ نہ تو خام رہے نہ چلباے تمام حکمت سی بریان کر نہیں ہے اگر دوا غدار ہو جاتا ہے
 تو خراب ہو جاتا ہے اور خام رہتا ہے تو ناقص ہوتا ہے پس وہ کپڑا تو قدر کہ آلت پر آوہ جدا کریں آلت
 سے لپٹیں جب چن منہ یافت ہوں دور کریں جماع سے دور رہیں اور دوسری بار پھر سطح پارچہ لپٹ
 اول پہاڑ کر آلت پر باندھیں بعد ایک ساعت کے کھول ڈالیں سطح سات روز عمل کرے نامرد سے
 مرد ہو جاوے اور اگر اوس کپڑے کو روغن گام میں تیلے اوپر سے خوب تر کر کے پٹی بنا کر جلاوے اور عطری
 طرف سے لٹکا کر شمالی میں جو روغن کے طرے پرین بعد چلباے نہ سبب بنی کہ اوس روغن کو چینی سے

بدن میں اس کے سات روز اس دھن کو سب قصب پر ملے اور بگ پان بانڈ پر دوزی سے کے اور صبح کو
 دور کر کے تو ہفتے میں سستی اور بگی لوپس پیش برابر لسنجہ پانچواں کن پانے سے اساک پیدا کرتا
 جب آب سرد سے ماتہ پاؤں دھو دے انزال ہو کر کنگلی سرخ تخم دھنور مسیا ہر اک نیم آثار بلیق چو
 پتال چنبرہ شیشہ آتشی میں روغن نکالیں کن پان میں لسنجہ چھتا مسکہ تازہ گاؤ ایک سو بار پانی سے دھو دے
 اور تین ماٹھ مسکہ میں ایک ماٹھ فون خالص اور سفیدی دوزی بھنیہ چڑھا کر خوب حل کریں کرکرات
 ہو جاوین جماع سے ایک گنٹہ پہلے کن پار میں جس قدر مالش زیادہ کریں بہتر ہو لیکن باؤ کوڑ میں رہ کر مشغول
 جماع ہوں نہایت اساک پیدا کرتا ہے اور بہت مالش ہی کریں تاکہ کثرت اساک سے حیران نہ ہوں
 اور تدبیر بکشا و شہوت اور بعضی ترکیب سفلیات و علویات و تسخیر کو الٹ بغیرہ کہ نجوم سے تعلق کہتی ہو اگر
 کتاب میں مناسب نہیں حکما کہتے ہیں اگر شہوت کسی آدمی کی باندھی ہو دوع گاؤ کو دھونے سے کشا وہ چو
 ہے ذکر رحم یعنی بچہ دلان عورت یا و ہے کہ رحم یعنی دہن مثل خریطہ کے طول اصلی اسکا بگشت
 نہایت ۱۲ انگشت اور تنگ و فرخ ہو جاتی ہے رحم نابالغ چوتھا ہوتا ہے اور بالغ و جوان کا بڑا ہوتا ہو
 رحم کے گردن ہوتی ہو دراز کہ منہ اسکا متصل منہ فرج کے ہوتا ہے اور گردن رحم کی درازی ۱۰ انگشت
 ہو و بگشت تک ہے مثل دھوی قصب اور وقت جماع دخول قصب اوس رحم میں ہوتا ہے جس رحم اصل
 قالب قصب ہے جس عورت کا رحم برابر قصب مرد کو ہو دوز و عورت کو جماع سے لذت حاصل ہوگی
 اگر کبھی شمی ہوگی تو لہجہ میں موافقت ہوگی بر قصب جس وقت کہ جنم پر لگتا ہو تب ایسا معلوم ہوتا ہو نور
 کرنے سے کہ گویا قصب اسے چیر کے اس کے اندر جس جائیگا اور اس حالت میں مرد اور عورت دونوں کو ایسی
 لذت حاصل ہوتی ہے کہ دونوں زور کر رہتے ہیں کہ قصب رحم کے اندر جس جائی اور عورت انزال
 کرتی ہو اور مرد کو واہ واہ دیتی ہے موجب حمل کا ہوتا ہے اور عورت کو بھی ایسی طرح دو قصبہ ہوتے ہیں
 اندر ان کے پوشیدہ ہوتے ہیں اندر فرج کے دو سوخ ہیں ایک طرف مشا بک کے ایک طرف رحم کے
 جماع اس سوخ میں ہوتا ہے اور خون جن میں ہی اسی سوخ سے آتا ہے اور رحم میں دو گہرائی بائیں
 ہوتے ہیں اگر لطفہ معنی دائیں طرف کے گہرائی نہیں تو فرزند پیدا ہوتا ہے اور بائیں طرف کے گہرائی
 دختر اور پستان بھی عورت کے دو ہیں اور چپے ہوتے ہیں بچے کے پیدا ہوتی ہی تھے ہیں چنانچہ
 حیوانات سے ظاہر ہے تدبیر حفظ صحت رحم یہ ہے کہ غذا سے سرد اور بہت تر اور کثرت آب سے پرہیز

کرین اور غذا سے مقوی دل و دماغ و مفرحات ملتد اقسام ملاؤ و قلبیہ گرم مصالح کھاوین اور عجبون مقویہ
 اور یا قوی مفرح تناول کرین اور یہ حلو اتقوت رحم اور امراض شکم کو بہت مفید ہے کسیر و مقشر آرد
 و دودہ گاسے کا آدھ پاؤ روغن زرد تو کہ پاکمان بدین ماشہ ترکیہ سودہ جاوتری ستا و مجیہ گل دھبلی
 ماز و بیلگری موچرس ہر ایک ایک درم نبات خالص آدھ پاؤ کسیر و کو کوٹ کر دودھ میں پکا کر روغن زرد
 بریان کرے اور مصری کی چاشنی کر کے کسیر و اوسب دو املا کر کہیں اور ظن چینی میں دہرین چار ماشہ
 وقت صبح تناول کرین بوجہ بہاری نہ اونہائیں حرکت سخت و بہت اچھل کو ذکرین مگر عادت ہو تو مضائقہ نہ
 اگر قصد جماع کا کرین اول بوس و کنار اختیار کرین اگر بدول تسلی عورت کے مرد متزل ہو تو امراض جسم
 پیدا ہوتے ہیں اور اصناف رحم کہ بیماری ہے ہو جاتی ہے اور قاعدہ اور بد جماع اور صورت یثی عورت کی باب
 اول میں مذکور ہے مفصل دریافت کرین اب ایک قاعدہ واسطے دریافت حال منی عورات کے اور کل
 جماع و علامت حمل کے لکھا جاتا ہے اور دریافت کرنا اس امر کا کہ عورت حاملہ ہے یا نہیں اور شکم میں بیٹا
 ہے یا بیٹی لیکن دوائے خشکی و تری و لذت نیز فائدہ ہر ایک قسم کے بڑی بڑی کتابوں سے دریافت کرین اور
 یاد رہے کہ جو آدمی قوی مزاج ہے اور دل و دماغ میں اوسکے قوت بہت ہے اور بدن میں خون بکثرت پیدا
 ہوتا ہے اوس آدمی کو شہوت بہت ہے اور جو آدمی ضعیف و کم قوت ہے اوسکا دل اس کام کی طرف کم متوجہ ہو
 اہل بندہ نے چار قسم کی عورتیں بیان کی ہیں بد منی چترنی ہستی سنگنی اور انکا حال مفصل کو کہ میں لکھا
 ہے خلاصہ یہ ہے کہ عورت صاحب جمال خوش سیرت نازک اندام موی دراز و سیاہ سیات بد بر گوشت گھٹتی
 غنچہ دین شکر خند گہ و زبان کشادہ سینہ خور و پنج پتلی کمر فراہ و زار خوشنویس و باادب صاحب تمیز عاقبت
 اندیش جادو نظر خندان روستم اول عورات ہے اور عورت گوانچہ بہت لبنی یا بہت سنگنی بد صورت بد
 بیجا مکروہ غلیظ بدترین عورت ہے و میانہ اوضاع میانہ کیفیت اختلاف اوضاع و اطوار ہر عورت کا جدا گانہ
 ہے اور مزاج و انداز ناز و عمر و دوا و حسن و آئین و لربانی ہر عورت کا بطور دیگر ہے اور ہر عورت کا نقشہ و لہجہ
 اور جلوہ خاطر پسند بھی جدا گانہ ہے جیسا کہ لکھا ہے میت شاہد آن نیست کہ موئے و میائے دارد و بندہ
 طلعت آن باش کہ آئے دارد و حاصل کلام یہ ہے کہ جب کسی عورت مرغوب طبع سے قصد مباشرت کا کرین
 اول بوس و کنار کے ساتھ احتیاط کرین اور مقام شہوت عورت موافق ترتیب مندرجہ ذیل ہے
 دریافت کر کے مساس و عینہ یا ناخن زنی عمل میں لاؤ کہ جس طور کہ یہ قاعدہ لکھا ہے قاعدہ

مستی کرشن پچہ	تاریخ	مستی کرشن پچہ	تاریخ	مقام منے	مقام ناخن زرنے
پڑوا	۱۴	بولون	۱۳	پیشانی	ناخن مارے
دوج	۱۵	۱۴	۱۲	آنکھ	بوسہ دے
۳	۱۶	۱۳	۱۱	لب زیرین	لب بلب ہو
۴	۱۷	۱۲	۱۰	رخسارہ	بوسہ دے
۵	۱۸	۱۱	۹	گلو	ناخن مارے
۶	۱۹	۱۰	۸	بغل	سے
۷	۲۰	۹	۷	پستان	باشگی وزنی سے
۸	۲۱	۸	۶	سینہ	سے
۹	۲۲	۷	۵	نان	ماس کوے
۱۰	۲۳	۶	۴	کمر	مالش کرے
۱۱	۲۴	۵	۳	اندام نہانی	رگ کو بدوانگشت سے
۱۲	۲۵	۴	۲	ران	مالش کرے
۱۳	۲۶	۳	۱	شالنگ	مالش کرے
۱۴	۲۷	۲	۳۰	کف پا	مالش کرے
۱۵	۲۸	۱	۲۹	دیر انگشت پا	مالش کرے

اور چاہیے کہ بعد صحت کے مرد جلد جدا نہ ہو اور بہت دیر میں بھی بعد انزال کے سستے آلت پیدا کرنی ہو اور رحم منہ کی
چس لپیتی ہے اور یہ چاہیے کہ اوس وقت آلت کو گرم پانی سے دھو ڈالی یا غسل کرے کہ غسل کرے اور سو اور سو
سے سستی دور جاتی ہے اور قوت اعضا قائم رہتی ہے عورت اگر قصہ حمل کا کہتی ہو تو ذرہ دیر تک اسی طرح
جت لیٹی رہے ورنہ جلد اوڑھ کٹھی ہو اور جماع برخلاف قاعدہ معینہ نقصان کرتا ہے اور یاد رہے کہ جب وقت حمل
بہت تباہی ہے تو قدرے درو زین ناف پیدا ہوتا ہے اور ہر روز ضعف معلوم ہوتا ہے اور نہ رحم کا نہ ہو جاتا ہے
اور دل عورت کا طرف جماع کے متوجہ نہیں ہوتا اور رنگ چہرہ لکا تغیر ہوتا ہے نفص جلد چلتی ہے سستی اور
کاپلی بدن میں پیدا ہوتی ہے اور رغبت کھانے میں اور ٹیکری اور کوئلہ کی ہوتی ہے درو اور خفقان ظاہر

ہوتا ہے اور مہرہ مکرہ ہوتا ہے بعض عورت کو ابتدا سے حمل میں تھوڑا خون ظاہر ہوتا ہے پھر بند ہو جاتا ہے
اگر خون بکثرت آوے تو خون گرے حمل کا ہے جلد علاج کریں یہ نسخہ بہت آسان و مفید ہے بول کی پتی تو
مٹی سے بہر آوہ سیر پانی میں جوش کریں اور جب پاؤں بہر سے جہان کر بلا دیں اگر ایک تولہ مصری ملا کر بلا دیں تو
بھی بہت مفید ہے دو تین روز میں آرام کلی ہوتا ہے اور خون بالکل ہو جاتا ہے اور حمل قائم رہتا ہے اور
نان گندم غذا مقرر کریں جب خوب دریافت ہو جاوے کہ حمل ٹھیک گیا وہ تدبیرات ہضم جوابدہ ہیں
مذکورہ عمل میں لاویں اور اگر حمل میں شک ہو اور دریافت کرنا چاہیں تو لازم ہے کہ شہد خالص آب
نارودہ پانچ تولہ آب باران دس تولہ میں ملا کر بلا دیں اور اگر وقت خواب کو دور دورہ پیدا ہوتا معلوم کریں کہ حمل
بے صورت نہیں اور حالت بہو کی میں پھر یعنی لسن خربزہ کریں لکڑی کھڑا اور بوسہ منہ میں دریافت ہو تو حاملہ میں سے
ور نہ ہے اور ایک دن مطلق فاقہ کریں اور بچہ کسی خوشبو یا دبو چیز کا کریں اور چارہ گردن سے پانچ انگ اوتھیں
اگر بوسہ بخور یعنی دھونی ناک میں جاوے تو حاملہ ہے نہیں نہیں اور معلوم رہے کہ مزاج سرد کا اگر گرم ہو تو
اور مٹی بھی زیادہ ہو دے عورت کی مٹی سے تو بٹیا پیدا ہووے اور برخلاف میں مٹی اگر چہ خدا کے سوا
کسی کو حال غیب کا معلوم نہیں مگر حکماء نے کئی نشان بیان کئے ہیں وہ یہ ہے کہ شکم طرف راست بڑا ہو اور
چماتی ہو داہنی طرف کی بڑی ہو اور سر پستان رنگ سرخ اور رنگ عورت کا بہت تغیر ہو گیا ہو اور حیاتی کا دودہ بھی
گلا ہوا ہو تو نشان بٹیا ہونے کا ہے اور زراوند ایک مثقال کوٹھیک اندام نہانی میں کہیں اگر مزہ منہ کا شیر
ہو حمل بے درد اگر حاملہ چلنے کے وقت لول قیوم راست ہو تو حاملہ کے تو پیٹ میں لیس ہے اور جب زہر
سے اونٹنے کا لادہ کرے تو اول بہت راست کو زمین پر قیام کر کے اونٹ تو شکم میں بٹیا ہو اور بٹیا بہ روز میں
شکم میں پیدا ہوتا ہے مٹی نہ روز میں بٹیا تین مہینے میں اندر شکم کو حرکت کرتا ہو مٹی چار مہینے میں اور جلنا چاہیے
کہ اگر آٹھ مہینے کا بٹیا پیدا ہو تو اکثر یہ ہو کہ زندہ نہ ہو مگر ست ماسہ یعنی نہفت ماسہ جلتا ہو اور یاد رہے کہ بعض عورت کا شکم مثلاً
شکم حاملہ ہوتا ہے اور مثال بچہ بدنی کے پیٹ میں حرکت ہوتی ہو مگر نہ بچہ ہے نہ وہ حاملہ ہے بیماری ہے کہ
اطباء اس کو رجا کہتے ہیں اور فرق درمیان مرض اور حمل کے یہ ہے کہ شکم مرض بہت سخت ہوتا ہو اور حرکت شکم
مرض میں بطور بچے کے دیر تر رہتی ہے علاج اور کا کتاب طب میں مفصل لکھا ہے اور جو عورت حاملہ نہ ہو اس کو
عاقہ کہتے ہیں اور چہرہ و کلو کی مٹی سے عورت حاملہ نہ ہو اس کو حقم کہتے ہیں اور یہ دونوں بیماری اگر خلقی ہیں اور
جنم میں نہ تو ان کا علاج نہیں اور اگر درمیان میں ہو تو علاج ہو سکتا ہے اور سینٹ رہو حمل کو بہت عین

دریافت کرنا چاہیں کہ یہ سب کسکی طرف سے ہے لازم ہے کہ سات دانہ گندم یا جو گندم باہم ملا کر زمین طالع
 میں بودے اور دو جگہ جدا جدا عمل کریں اور عورت مرد و نواس زمین پر پیشاب کرے زمین جسکے پیشاب حرکت
 نہ جے اوسکی طرف سے سب سمجھا جاوے اور عورت بحالت گرسنگی گاسے کے دودھ سے فرزند کرے اگر بوسے
 دودھ کی منہ میں آوے تو عورت عقیقہ نہو دودھ کہ جسکے استعمال سے عورت حاملہ اگرچہ مدت دراز سے
 نا امید ہوئی ہو جیسا کہ حکیم بوہس نے لکھا ہے کہ میں جانتا ہوں کہ دودھ اگر عورت اوسکا استعمال کرے حاملہ ہو
 اگرچہ عاقبت ہوئی ہو صفت دو واپسیر مایہ خرگوش لشک آن غنصل کہ ہندی گائے گویند برابر وزن پسکشد
 میں ملا کر بعد پاک ہونے کے حیض سے تین روز عورت متواتر در فرج کے رکھے اور بعد ایک پہر کے بلا وقت
 شوہر سے جماع کرے اور وہ تدبیر کہ باب جماع میں لکھی گئی ہیں عمل میں لاوے اویں دن برلہ و نڈان
 خیل اکیدرم ساتھ ہندو غسل کے کشند لو پانی ملا کر نہوٹھایا جاتا ہے عورت پتی سے نہایت سات دن یہ عمل
 کرے البتہ حاملہ ہو ساتھ حکم خداستعاضے کے اوجہ عورت کو بسبب یہی بدست مکنی مرد کی رحم تک نہیں
 پہنچتی اسلئے حاملہ نہیں ہوتی پس تدبیر اوسکی یہ ہے کہ اول عورت سے کہیں کہ باندی سے تلے آوے
 اور تلے سے لو پر جاوے مثل بام وغیرہ کے تاکہ رحم نہ باہر کی طرف کرے پس عورت کو اونڈ ہا کر کے جماع کریں کہ
 اس تدبیر سے حاملہ ہوتی ہے اور حکمائے ادویہ لکھی ہیں کہ اوس سے عورت حاملہ ہووے اور میا پیدا ہو یا یہ کہ
 بینی ہو مگر یہ باتیں تجربہ میں نہیں آئیں اسواسطے ترک کریں وہ دوا کہ جس سے جنا عورت کو آسان ہو و عفران ٹٹا
 حایہ ماشہ قند سیاہ میں ملا کر عورت کو کھلاوین اور بال عورت کے سر کے جوشاؤ سے جدا ہوتے ہیں ہونی اوسکی
 فرج کو دیوین اور زن باکرہ اوسکے کانین کے کہ میں بکر ہوں اور تحقیق بچے جنائے میں جنا جس عورت پر
 آسان ہووے اور وہ ہونے کنچلی سانپ کی دیوین بچہ باسانی جنا جاوے اگر بچہ پت میں مر جاوے اور
 عورت کے ماتہ بانوں سرد ہو جاوین تو سانپ کی کچلے اور کبوتر کی بیٹ ملا کر دہونی دین بچہ مردہ باہر آوے اور آئوہ
 اگر نمک مغرانی و نمک لاہوری بودہ میں ملا کر فرزند کرے کہی حاملہ نہو اور گیریں خیل شند میں ملا کر فرزند کریں
 نو چار برس تک حاملہ نہو بعضی عورت تمام عمر تک اگر عورت اپنی منہ کا پانی میڈک کے منہ میں آوے تو تمام حاملہ نہو
 اگر دانت طفل کا اوکڑے اور زمین ہرنگرے عورت اپنے پاس رکھے تو کہی حاملہ نہو گزندہ بچہ کو پکڑ کر چاندی میں
 کر لے پاس رکھے تو کہی حاملہ نہو اور شمع قاطر کہ خنجر کو کھنجر میں اور سیل کا نکاحی حکم کہتا ہے دوا براسے
 کسکی ذریعہ نسج عورت بارہ سفید گگوڑی کے دودھ میں جو لول باجی ہر کر کے سایہ میں خشک کریں اور

پیش از جماع فرزند کرے جب وہ پانچ روز ہو جاوے و در کرے بعد ایک بھر کے تری کی مروت سے کرے مثل بارہ
 ہو جاوے گیا چھپی کہ بگ او سکے مانند سور کے ہوتے ہیں مثل مہیکہ یا پانچ نمین ملاو صبح کو گرم
 پانی سے دھوے باکرہ ہو جاوے وہ دو اک پستان عورت کو بجال کے حیض اول کا خون ملے بدستور بین
 و کر غلہ گندم بہترین غلہ واسطے غذا کے گرم و تر درجہ اول میں کہ مرتبہ کیفیت کا ہر کیفیت چار گانہ یعنی
 گرمی اور سردی اور تری اور خشکی سے اثر او سکالین انسان میں کہ پختہ ہو تا بہتر گندم وہ ہے کہ فربہ ہو اور بہت
 سخت اور بہت نرم نہو رنگ گندم سرخ مائل بہ سفیدی ہو اور صحن سفید قدام ویتا ہے سیاہ رنگ بھت برا
 ہوتا ہے مزاج گندم مناسب مزاج انسان کے ہے خون خالص پیدا کرے انسان قوی مزاج کو بہت برا ہے
 مٹی زیادہ کرے قوت باہ حاصل ہو پس گندم کہ غذا سے معروف ہے امر باہ میں نہایت مفید ہے قبض
 رفع کرتا ہے اور اگر گندم کو جوش کریں اور آب او سکالین کر کے شکر یا گلاب ملا کر صاحب فوج کو بلا تو
 تو فوراً آرام ہوتا ہے اور گندم کو بریان کر کے کھاوین قبض کرتا ہے اور دیر مضم ہوتا ہے روٹی گندم
 کی سب سے بہتر ہے اور نان خمیر بہتر نان چٹائی سے ہے اور نان تنوری بہتر نان تودہ سے ہے اور نان
 میدا غذا بہت دیوے بدن کو فربہ کرے مگر ضعیف جگر کو مضرب ہے اور دیر مضم ہر سوئمہ کامر بہ کھانی سے
 ضعف اور ضرر دور ہوتا ہے اور ماضی کو قوت دیتا ہے اور نان سوچی گندم جلد مضم ہو اور نان شیر مال اور نان
 باقر خانی غذا بہت دیوے اور لذیذ ہووے لیکن قتل ہے قومی مزاج کو موافق ہووے اور نان گندم کو گرم اور
 دیر مضم ہر سوئمہ لانا ہے مٹے گندم کا آنا چاہیے کہ بہت دیر تک باقی میں ترکہ میں ہاشیہ ملیون یا انار میں
 کریں گندم دو لوہہ کو آب میں ترکیں اور ملا کر شیرہ او سکالین اور پکاویں جب حریرو کے قوام پر آوے
 مصری اور گلاب و الکرہ ترکیں اور پیوین کہ غم دل کا دور کرتا ہے اور عکس آدمی کو بہت مفید ہے اور
 حلیم گندم کہ ترکیب وکی مشہور ہے بیماری سینہ میں بہت مفید ہے گندم بریان قابض ہے اور نشاستہ گندم
 سر خشک بوجہ جلال جس آدمی کا پیت جاری ہو قذرے نشاستہ بریان کر کے دیوین فی الفور بند ہووے
 اور حیرہ نشاستہ مغز بادام و شیرہ خشتی شش بہتر غذا ہے سرفہ اور تر لہ گرم کو دور کرتا ہے سو سو گندم گرم ہے
 بخار جوش اندہ سو سو کا زکام خام کو بچتہ کرتا ہے اور زکام سے جو در و سر پید ہو او سے دور کرتا ہے
 و اگر گندم کو منہ میں چپا کر پیوے پر کریں جلد پوٹ جاوے اگر سنگ دیوانہ کو زخم پر کرے تو مفید ہو و غن
 گندم و او کو ہوتا ہے شتم جالول چالول کہی قسم کا ہوتا ہے اور ہر قسم کے چالول کی تاثیر جدا گانہ ہے

سرد بعض خشک اور بعض معتدل بعض گرم خشک ہے اور اخلاقی مزاج سے بھی تاثیر جداگانہ ہے بعض مزاج
 میں چانول گرمی پیدا کرتا ہے اور اس ملک میں جو چانول سیر ہے اکثر خشک و سرد ہے اور ساشی کا چانول سرد اور
 قابض ہے اور آب جوش برنج ساشی مصری اور گلاب میں ملا کر پیوین سوزاک ہضم کا دور ہوتا ہے اور چانول ساگر
 بریان کوٹ پیکر چاچہ آہن تاب کے ساتھ کماوین اسحال دور ہوتا ہے اور چانول غذایطین ہے اور چانول
 باریک سفید اگر شیر و شکر کے ساتھ کماوین تو مزی زیادہ کرے اور عذریا دہ ہوئے اوقض و ربو اور گرم مزاج آدمی
 کو چانول موافق ہے نالوان آدمی کو بہت مفید ہے اور چانول قدرے ثقیل ہوتا ہے اور نان برنج قابض ہے
 اور برنج شکم پیدا کرے اور قوی آدمی کو موافق ہے اور برنج ساشی اگر گھاس سفید گلہا میں پیکریشانی پر ملا کر
 دوسرے کا فوراً دور ہو کر چنے کا چنا سفید اور سیاہ اور سرخ ہوتا ہے اور چنگلی اور باغی بہتر چنا وہ ہے کہ سفید
 اور فریبہ ہو اور گرم و تر ہے غذا خوب دیتا ہے شکم کو نرم کرتا ہے خون فاسد کو دور کرتا ہے خون خالص پیدا کرتا ہے
 منی زیادہ کرتا ہے رنگ روکش کرتا ہے قوت باہ زیادہ دیتا ہے چھ کورات کے وقت اگر پانی میں تر کر کے
 صبح کو دہ چنا کماوے اور پانی او سکاشد ملا کر پیوین بہت قوت باہ حاصل ہوتی ہے اور شہوت باہ اور قوت جنس
 سے زیادہ کوئی غلہ نہیں ہے اگر ہمیشہ چنا کماوے بلغم دور ہو اور آواز صاف ہووے دانوں کا دور ہوتا ہے
 جاری کرے قبض کو کھولے فالج اور درمغاضل کو اور لراض یعنی کو دور کرے لیکن ثقیل اور دیرمزم ہے قوی مزاج
 آدمی کو بہت مفید ہے اور اکتو چنے تر کرے صبح کو سرکہ میں جوش کر کے کماوے اور دو چمک کچھ غذا کماوے
 گرم شکم دور ہو چنا ہوا چلاشب کو وقت خواب ہمیشہ معناد کرین بقدر تین تولیہ پانچ تولیہ تو قوت امساک پیدا کرے
 اور اناچنے کا اگر روغن خوشبو ڈالکر بدن پر ملین جلد نرم کرے اور روغن چنے کا کہ شیشہ آتشی میں نکلتا ہے
 واد پر لگاوین مفید ہو اور دوشن قطرہ پان پر دہرے کماوین قوت باہ زیادہ پیدا کرے چنے کے چمک قابض ہیں اور
 اصلاح خوین ہے نظیر اگر پوست بخود بوزن سہ فلوس رات کو پانی یا عرق ستہ میں تر کر کے تین جلیہ اہل جزام کو
 پلاوین اور پیر کر اوین نفع بہت پادین اور اگر شہد خالص میں ملا کر دین جلد نفع حاصل ہو کر جو خود بہتر ہے
 کہ تازہ ہو اور فریبہ اور سفید ہووے اور تاثیر او سکی سرد خشک ہے بدرجہ اول اور غذا ہے جو کمتر غذا ہے گندم
 ہے اور برنج پیدا کرتا ہے اور جو بریان او کمتہ زیادہ خشک ہے اور جو بریان او ستون زیادہ باداگیر ہے اور قابض اور
 آتش جو سرد و تر ہے اور غذا زیادہ دیتا ہے اوقض کتر ہوتا ہے اور آتش جو تبا آدمی کو گرم مزاج میں موافق بہت اور معدے
 سے جلد گذرتا ہے اور پیاس کو دور کرتا ہے اور جگر گرم کو نافع ہے اور غلاطسوخہ کو دور کرتا ہے اور معدے کو

ضرر دیتا ہے اور نفع کریم ہے اور گھنڈے سے نفع دور ہوتا ہے اور اگر انجیر کے ساتھ پکا کر کما دے تب بلغمی کو نفع دیتا ہے
 اور نان جو سرد و خشک قابض ہوتا ہے چلیسے کے ساتھ شیر اور شکر اور روغن کے کما دین اگر جو سوختہ کو لڑکے
 کے منہ میں ڈالیں تو سرخی اور سفیدی جو بچہ بچہ میں ہوتی ہے دور ہو دے اور جو کھسکریانی میں گرم کر کے
 کلن پر لگا دین تو دور ہو اور جو گرم کر کے در کی جگہ کو سیکھیں تو دور کو دور کرتا ہے اور دم کو تحلیل کرتا ہے
 اور آٹا جو کاسر کے میں لپکا کر روغن سرس پر لگا دین تو آرام ہو دے اور آٹا جو کاپوست خشک شاش اور اندر جو پیکر در و بچلو
 پر کہ ذات الحجب کہتے ہیں آرام بخشنے اگر مادہ صج ہو تو گرم کر مونگ بہتر مونگ وہ ہے کہ سبز اور فرہ ہو سرد
 درجہ اول میں اور معتدل ہے تری اور خشکی میں اور پوست میں اس کے خشک زیادہ ہے غذا بہتر دے اور غلط غذا
 جگر میں پیدا کرے اور تب صفراوی اور موسوی اور سرخ اور تر لہ اور خارش کو نفع دے شکم کو نرم رکھے باہ کو مضر
 ہے نفع کرے معدہ اور فحلان کو مضر ہو روغن بادام سے اصلاح پاوے نان مونگ ایک طرف سیسکی ہوتی
 اور روغن تلہ ہوتی سرسام والے کے سر پر کہیں تو سفید ہو اگر مکوہ کے پانی میں لپکا کر در و عضلہ پانچین مفید ہو
 کو نہ میں چبا کر ناسو چشم پر کہیں تو جلد آرام ہو و کرماتش غذا پسندیدہ و مقوی باہنی افراد و کندرہ قوت
 منی ہے اور پوست مالتش قلع و قابض اور جرم اوسکا ویرضیم اور بادی قوی کو موافق اور بادی ملج کو ناموافق
 اور سوئہ ہنگ سے اصلاح پاوے و کر حدس مسو بہتر وہ ہے کہ زہر سفید جلد کے گرم خشک ہو قابض
 آب جو شانہ مسوسہ کہ لاکر غرہ کرین تو خناق اور در دم گلو کو نفیس اور مرض چچک میں مسو غذا بہتر جو شش و کمر
 مگر عیشہ کمانے سے سو پید ہو اور تاریکی چشم خواب پریشان و خون غلیظ پید ہو معدہ و سپر و طحال کو مضر ہو
 ہضم باد الکیر سے اصلاح و عن بادام و دہ گاو اور شد و شیرینی و کما دین و کر تل بہتر تازہ فرہ گرم تر ہے
 تل مقشر بریان شکر سے کمانا بنڈن کو فرہ کرے منی زیادہ کرے ضعیف پیر کو موافق اور سلسل بول اور سر بریشا با کر
 دور ہو گر پیاں پیدا کرے معدہ کو مضر ہو جو کہ کم کرے بریان کرنے اور شکر ملانے سے اصلاح پاتا ہے تل پیکر جاو
 سوختہ پر لگانا مفید کہ سیاہی بھی دوسہوتی ہے اور پتی تل کی پینے سے حین جائز ہے اور تل کی پتی سے بال مہر نافر
 و دوزی سیاہی لاتا ہے و کر خشک شاش سفید اور سیاہ سرد و تر لہ گرم اور سرخ گرم کو سفید کر سیرند کرے بدن پر
 ملنا خوب لاوے خشکی داغ دور کرے و عن خشک شاش از بس سفید ہے غذا اندک قدر سو اصلاح پاوے و خشک شاش
 سیاہ جلدی میند بہت لاوے اور پوست خشک شاش نہایت خشک بدرجہ چہدم اگر زیادہ کما دین مر جوا دین و کر تل بہتر
 ہار و زنگ گرم خشک ہر قوت باہ پیدا کر و شکوری کو دور کرے و او کو چا کرے اور ہاضم نہ کر یا لک سرد تر ہے غذا

دے قبض دور کرے سرفہ کو مفید حرقہ سرفہ موافق گرم مزاج و افغ قبض اگر سیکرانی میں پیون در گرم
دور ہو تب گرم کو دور کرے پیشاب جاری کرے زیادہ کمانے سے ہو کہ اور شہوت کم ہو اور بریان قبض کرے اور سرفہ میں تکیا
ہو تا تب تلی کو دور کرے گرم کلمہ گرم خشک ہے آواز صاف کرے رنگ روشن کرے عیشہ و کرے بواسیر کو مضبوط
جوش اسکا در دگر و گزن و زانو کو دور کرے صلاح و غن با دام لال ساگ سرد تر ہے تشنگی دور کرے سرفہ کو مفید
ساگ بھجوا سرد تر ہے قبض دور کرے غذا نیک دیوے گرم مزاج کو موافق اور غلن پیدا کرے کاہو سرد تر ہے
خون نیک پیدا ہو جلد بھرم تشنگی دور کرے خواب لے سرکہ ساتھ شہت پیدا کرے قوت باہ کم کرے ساگ سیویہ
گرم ہے رنج دور کرے معدیکو قوت دے بہترہ او سکا و م کو تحلیل کرے گرم مزاج کو ناموافق ہے بکجیدن سے
صلاح پاوے طبیعتی گرم خشک ہے دروشت دور و جگر سردی مثانہ کو دور کرے رحم سرد کو مفید ہے
سرفہ مزاج کو سرمایہ من نفع دے اور خلط سرد پیدا کرے پودینہ گرم خشک ہے سایہ میں خشک کرین لی معدیکو
قوت دے بلونی پس خوش کرے در دندان و سختی زبان و قے بلغمی دور و معدے کو دور کرے آب پودنہ
مضبوط و پکی دور کرے غش کو بے شہوت پیدا کرے زخم بچھو پر ملین سرد دور کرے عرق پودنہ مع الاچھی خرد و دگر
دور کرے اور اشتمالا و دہلیہ سرد خشک ہے دماغ کو قوت دے بخار دور کرے خفقان معدہ گرم کو مفید ہے
باہ کو مضرب منی کو خشک کرے دانہ قابض ہو کر دور تر ہے جلد بھرم ہو گرم مزاج کو نفع دی باد گولہ کو مضرب
باد پیدا کرے معدیکو مضرب فاسد کرے رانی سی صلاح پاوے عرق یکد و جھاڑ بن نکر لکالین ل و داغ کو مفید
خطا صا ل پیدا کرے کھیرہ سرد تر ہے تب گرم کو مفید بول جاری کرے تشنگی دور کرے تب دور کرے تخم بہت تر
ہے اور جرم تب پیدا کرے سرکین تب دور کرے پیشاب جاری کرے سرفہ دور کرے سنگ مثانہ کمو و
ندی بند کرے تشنگی دور کرے صفرا دور کرے بدن فرہ بری تب دق کو مفید ہو او پیشہ پاک صاحب ق کو بہت مفید
لکڑی سرد تر ہے اگر آب لکڑی و کافور سے ناس لین بکسیر بند ہو آب لکڑی و مصری کا شربت پیون گرمی ل و کرے
ترتی سرد تر ہے تب گرم کو موافق لیکن بھرم پیدا کرے کر ملیہ گرم خشک ہو صفرا پیدا کرے ترشی کو ساتھ مفید ہے
پرو بخی خاصیت تری کی کھتا ہے بکجن لذت نیکر بند کرے اچار بکین لذت تر ہو گل بکین بادام تلخ برابر
و غن بنفشہ میں ملا کر بواسیر پر ملین و غر ہوے تنہا گل بکین بواسیر پر لگانا مفید ہو مولی گرم و خشک ہے ہضم
بول جاری کرے بواسیر دور کرے بدن کو قوت دے در کان کو عرق مہ و غن بنفشہ کے دور کرے و بول جاری
کرے تا تب مفع کرے و دندان کو مضرب تنہا کو گرم خشک تشنگی اور تشنگی لاوے پانکے ساتھ بلغم سینہ پاک کرے

سر نہ اور دے کو فائدہ بخشتے چنیک لہو سے دماغ کو پاک کر کے چشم روشن کرے سر مزاج کو بہت مفید دھواں
 اور سکوا دور کرے اور پانی حتمہ کا جلد ہر دور کرتا ہے تب دوا لکھو حتمہ اچھا نہیں لگتا پان بلفم دور کرے سینہ
 صاف کرے آواز صاف ہو صدہ اور دماغ نور جگر کو قوت دے طعام ہضم کرے قبض دور کرے بہو کہ دور کرے
 تھے کو باز رکے ذہن دل کو بخشتے اور گرمی میں کم کھاوین اور بعد طعام کے ضرور کھاوین **سکرا** آبلہ پاؤں
 کرے اور عرق ہمدی جزام دور کرے غارش وضع کرے تخم ہمدی مقوی دماغ اور لباس میں کرم دور کرے
 روغن زرد و سب و عن میں روغن بادہ گلاب بہتر بنی بنکی دوا کے قوت بدن بخشنے ہر دور کرے مگر مصری بہت
 مفید روغن گاؤش نہرہ گرم ہے اطفال کو سیاہی مچ کے ساتھ چٹاویں فائدہ تمام دیوے دودہ بہتر دودہ
 گامو کلے دل و دماغ کو قوت دیتا ہو بد مذکورہ کر تا ہو اگر مصری دودہ و قدرے سنوٹہ ہمیشہ استعمال کریں
 قوت پاویں تب میں دودہ مرغ ہے حکیم کہتے ہیں کہ اگر پارو کی گولی پوٹیمین باندہ کرو دودہ میں ٹیٹا لین اور اس دودہ
 کو جوش دیکریوین موسم سرما میں اتنی قوت دیتا ہے اور شہوت و باہ پیدا کرتا ہے کہ جس کا حساب نہیں کوک والا
 لکنتا ہے کہ قوت بادہ منی افراط صد ہا دوا میں میں لیکن جیسا دودہ ہے کوئی نہیں ہزار دوا ایک طرف تھا دودہ ایک طرف
 بعد جماع کے اگر تھوڑا دودہ پی لیں تو قوت جماع گلاب کم نہ ہو بلکہ چاچہ پیدا ہو لیکن خالی دودہ منع ہے شکر ملا کر پیوں

قطعہ تاریخ طبع زاو لاکہ شویلا صبا متخلص لشعرو زماچہ نویس نجمین حسنہ مصوبہ اووہ

بطیبیان ایشار ایشارت ست اسی شوی روے بیداری ہرین و بگو	لکھ شدہ طبع نسخہ صنعت شہر باد زین الحکمت ۱۸۶۲
--	---

قطعہ تاریخ نابلد کو نختہ شاعری وزیر علی متخلص بہا حشم

طبع گشتہ جو نسخہ نویب گفت تاریخ خبے سر منت	گشت از ویدنش جهان شیدا طبع شد خوب زبده الحکمت ۱۸۶۵
---	--

